Calea învingătorului

PSIHOLOGIE PRACTICĂ PENTRU PĂRINȚI

Cum să crești șansele copilului tău de a reuși în lumea de mâine

RICHARD RENDE
JEN PROSEK

TREI

Calea învingătorului

PSIHOLOGIE PRACTICĂ PENTRU PĂRINȚI

Cum să crești șansele copilului tău de a reuși în lumea de mâine

RICHARD RENDE
JEN PROSEK

TREI

Richard Rende

Jen Prosek

Calea învingătorului

Cum să crești șansele copilului tău de a reuși în lumea de mâine

Traducere din engleză de

Olga Ceaușu

TREI

2016

PSIHOLOGIE PRACTICĂ PENTRU PĂRINȚI

COLECȚIE COORDONATĂ DE

Vasile Dem. Zamfirescu

TREI

RAISING CAN-DO KIDS

Richard Rende şi Jen Prosek

Copyright © 2015 by Richard Rende, PhD, and Jen Prosek

All rights reserved including the right of reproduction in

whole or in part in any form.

This edition published by arrangement with Perigee,

an imprint of Penguin Publishing Group, a division of

Penguin Random House LLC

© Editura Trei, 2016

pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghișeul 1, C.P. 0490, București

Tel.: +4 021 300 60 90 ; Fax: +4 0372 25 20 20

e-mail: comenzi@edituratrei.ro

www.edituratrei.ro

ISBN ePUB: 978-606-719-847-8

ISBN PDF: 978-606-719-848-5

ISBN Print: 978-606-719-554-5

Editori: Silviu Dragomir, Vasile Dem. Zamfirescu

Director editorial: Magdalena Mărculescu

Redactor: Manuela Sofia Nicolae

Design: Faber Studio

Foto copertă: © Adriana Varela Photography/Gulliver/Getty Images

Director producţie: Cristian Claudiu Coban

Dtp: Ofelia Coşman

Corectură: Sînziana Doman, Roxana Nacu

Această carte în format digital (e-book) este protejată prin copyright şi este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivul de citire pe care a fost descărcată. Orice altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parţială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziţia publică, inclusiv prin internet sau prin reţele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informaţiei, altele decât cele pe care a fost descărcată, revânzarea sau comercializarea sub orice formă, precum şi alte fapte similare săvârşite fără permisiunea scrisă a deţinătorului copyrightului reprezintă o încălcare a legislaţiei cu privire la protecţia proprietăţii intelectuale şi se pedepseşte penal şi/sau civil în conformitate cu legile în vigoare.

Lectura digitală protejează mediul

Versiune digitală realizată de elefant.ro

elefant

Dedicație

Richard:

Lui Cheryl, Iliana şi Carlo (RIP)

Jen:

Părinţilor mei, care au descoperit şi educat întreprinzătorul din mine

Soţului meu, care, fiindu-mi alături, m-a condus spre o afacere de succes

Fiicei mele, care mi-a fost alături în devenirea acestei cărţi

Și lui Dan Jacobs, primul meu partener în afaceri, datorită căruia am devenit „un antreprenor din întâmplare“

Introducere

Înainte de a vă deschide paginile acestei cărți, credem că ar fi util să vă spunem câte ceva despre „nașterea“ ei. În 2012, unul dintre noi — Jen, un om de afaceri de succes — a luat legătura cu celălalt — Richard, un cercetător în domeniul dezvoltării copilului — pentru a discuta despre posibilitatea scrierii unei cărți. Conversația noastră s-a transformat pe nesimțite într-o discuție despre dilemele și nesiguranța pe care le resimțeam amândoi ca părinți. Deși toți părinții doresc să-și educe copiii în așa fel încât să devină „oameni de succes“ — sintagmă atât de des folosită în prezent când vine vorba de viitorul copiilor — atât pe plan personal, cât și profesional, nu știu cum anume să facă asta, căci lumea în care vor pătrunde copiii noștri într-o bună zi este tot mai imprevizibilă.

Am vorbit despre problemele frecvente cu care se confruntă părinții și copiii. Copiii, deși foarte dotați și performanți în activitatea școlară și extrașcolară, pot fi totuși respinși de multe colegii, căci numărul candidaților crește permanent, în timp ce numărul locurilor disponibile rămâne aproape același. Deși pot fi absolvenți ai celor mai prestigioase universități, tinerii nu obțin totuși locul de muncă pe care și-l doresc, iar o diplomă universitară nu le garantează angajarea imediată. Dacă reușesc totuși să obțină jobul dorit, pot constata foarte curând că acesta este sau devine altceva decât se așteptau, sau poate chiar dispărea din schemă. Dacă specialiștii în științe sociale nu se înșală, suntem pe cale să devenim o națiune de persoane fizice autorizate care poartă întreaga răspundere pentru felul în care își modelează cariera și viața. Generațiile viitoare nu vor mai beneficia de garanția unui loc de muncă și nici de garanția că un loc de muncă, odată obținut, îți poate asigura o carieră de succes. Multe dintre cele mai prestigioase companii și profesii de astăzi nici măcar nu vor mai exista. Cum ne putem pregăti copiii pentru acest viitor?

Jen mi-a spus că, ținând cont de condițiile actuale, și-a dorit ca fiica ei să dobândească în copilărie deprinderile necesare pentru a se putea descurca (pentru a putea răzbate, pentru a putea supraviețui) într-o lume atât de imprevizibilă. De aceea, ca părinte, a considerat că este mai puțin important ca fiica ei să aibă cunoștințe aprofundate într-un anumit domeniu sau o diplomă anume; i s-a părut mult mai folositor să știe să se adapteze, să improvizeze, să

învețe din mers, să persevereze și să identifice ocaziile favorabile. Am căzut de acord că vechile metode prin care un părinte îi putea asigura copilului un viitor de succes sunt demodate, depășite. În prezent, părinții, dacă vor ca odraslele lor să reușească în lumea imprevizibilă care îi așteaptă când vor deveni adulți, nu trebuie să mai pună accentul pe rezultatele bune la învățătură, la examene și la activitățile extrașcolare. Cu siguranță, noi, părinții, trebuie să ne străduim mult mai mult pentru a-i pregăti pe copii pentru un viitor pe care nu-l putem prevedea în totalitate.

Jen este de părere că ar fi util să-i educăm pe copii să devină mai întreprinzători. Întreprinzătorii își croiesc drumul în viață, în lume, fără un program prestabilit, fără o foaie de parcurs, care să-i ajute să se orienteze; ei trebuie să se motiveze și să aibă încredere în ei înșiși, să își canalizeze pasiunea și creativitatea pentru a se bucura de succes și pentru a le oferi servicii de calitate celorlalți. Jen a fost întrebată deseori dacă părinții ei au avut o „strategie“ specială când i-au crescut pe ea și pe fratele ei, de vreme ce amândoi au ales o carieră independentă (Jen este fondatorul și directorul general al unei firme internaționale de consultanță, iar fratele ei este artist și scriitor independent). Jen, după ce a analizat în profunzime acest lucru, a ajuns la concluzia că, în copilărie, acasă, ea și fratele ei au fost încurajați să exploreze, să fie creativi, să fie optimiști, să caute ocazii favorabile, să facă alegeri de unii singuri, fără să fie influențați, și să învețe cum să se înțeleagă cu ceilalți. Jen și-a dat seama că deprinderile și modul de a gândi dobândite în copilărie i-au asigurat curajul și încrederea necesare pentru a-și crea propria afacere și că acestea sunt calitățile pe care vrea să i le insufle și fiicei ei. Nu are nicio importanță dacă fiica ei își va dori sau nu vreodată să devină întreprinzător[1], mult mai important este ca ea să fie înzestrată cu toate calitățile necesare ca să devină un om de succes, fiind o persoană întreprinzătoare.

Jen l-a întrebat pe Richard dacă este corect să considerăm că părinții și-ar putea ajuta copiii să devină niște persoane întreprinzătoare. Era oare îndreptățită Jen să creadă că dobândirea calităților necesare pentru a fi întreprinzători va fi un câștig pentru toți copiii, chiar și pentru cei care nu intenționează neapărat să înființeze o firmă sau să aibă o carieră în lumea afacerilor?

Richard a fost de acord că raționamentul lui Jen este corect când avem în vedere copiii din ziua de azi. A ajuns la această concluzie pe baza unei îndelungi cariere de psiholog în domeniul academic, specializat pe probleme de dezvoltare a copilului, și de educator după ce a condus numeroase studii pe tema modului în care mediul familial influențează dezvoltarea copiilor. Ceea ce îi plăcea, din

punct de vedere ştiinţific, la abordarea lui Jen, era faptul că opiniile ei sunt „rodate“ — este cum nu se poate mai adevărat că întreprinzătorii gravitează şi prosperă într-o lume în continuă schimbare, imprevizibilă. Mai mult, întreprinzătorii încearcă să facă ceea ce le place şi să obţină succes pe plan profesional — ceea ce în esenţă reprezintă obiectivul tuturor părinţilor în privinţa copiilor lor. Richard ştia din activitatea sa anterioară că abilităţile antreprenoriale pe care le avea în vedere Jen puteau deveni realitate în cazul oricăror copii şi că nu trebuie să fii „un om de afaceri înnăscut“ ca să fii un întreprinzător. El era convins, ca şi Jen, de altfel, că părinţii nu le pot asigura copiilor fericirea şi succesul viitor şi nici nu pot presupune că lumea se va dovedi un loc primitor. Ceea ce pot face este să le ofere copiilor lor cea mai solidă platformă pe care copiii să construiască (să întreprindă ceva) de unii singuri — acum, în viitorul apropiat şi îndepărtat deopotrivă. Acest spirit „întreprinzător“ este exact ceea ce le trebuie copiilor pentru ca, în pofida nesiguranţei lumii în care trăiesc, să poată deveni oameni de succes.

Jen a propus ca ea şi Richard să colaboreze pentru a scrie o carte despre creşterea copiilor (parenting) care să reunească cele mai recente cercetări în domeniul dezvoltării copilului pentru a-i ajuta pe părinţi să cultive şi să dezvolte abilităţi antreprenoriale la copiii lor. Richard a acceptat cu mult entuziasm şi a fost extrem de incitat de ideea ca în această carte să se pună accentul pe „practicile bazate pe dovezi“. În prezent, este o modă să lansezi tot felul de idei despre parenting, dar ceea ce contează sunt dovezile. După spusele lui Richard, cercetarea nu oferă niciodată un „răspuns“ exact la o întrebare. Menirea oamenilor de ştiinţă, la un moment dat, este să facă un pas înapoi şi să analizeze imaginea de ansamblu, rezultat al cercetării, să ţină cont atât de descoperirile vechi, cât şi de noile direcţii. Există întotdeauna ambiguităţi, după cum întotdeauna s-ar putea face mai multe cercetări, în special când este vorba de experienţe noi pentru copii. Cu alte cuvinte, cercetarea academică este importantă deoarece ea ţine cont de ceea ce ştim, în prezent, şi ajunge la o concluzie care este cel mai bine susţinută de toate dovezile. Astfel de concluzii voia Richard să le prezinte părinţilor.

Jen a fost de acord, şi astfel s-a născut ideea cărţii. În următorii doi ani, am făcut cercetări şi am scris cartea. Am început prin a întocmi o scurtă listă a abilităţilor sau trăsăturilor antreprenoriale, în conformitate cu informaţiile pe care le avem la dispoziţie despre antreprenori, dar şi cu rezultatele cercetărilor din ultimele decenii din domeniul dezvoltării copilului. Lista noastră iniţială nu era exhaustivă, dar cuprindea elemente esenţiale ale experienţei antreprenoriale şi,

ceea ce este foarte important, le-a oferit părinților numeroase exemple de practici bazate pe dovezi. Am folosit această listă pentru a realiza interviuri amănunțite cu circa 25 de antreprenori din mai multe domenii de activitate și i-am rugat să ne vorbească despre modul în care anumite abilități sau trăsături le-au influențat viața (de exemplu, în copilărie, în carieră) și, în anumite cazuri, cum le-au influențat propriul comportament ca părinți. Scopul nostru nu era să obținem „dovezi“ („mărturii“) de la toți acești oameni talentați, de succes, ci mai degrabă să aflăm povești de viață reale care să ilustreze modul în care abilitățile antreprenoriale sunt folosite în viața de zi cu zi. În anumite cazuri, care se pretau la așa ceva, am recurs la o cercetare mai amănunțită, am încercat să aruncăm mai multă lumină asupra principalelor abilități antreprenoriale și asupra modului în care antreprenorii se folosesc de ele.

În cele din urmă, am revizuit această listă și ne-am concentrat atenția asupra a șapte dintre aceste abilități sau trăsături specifice principalelor domenii de dezvoltare — cognitiv, personal și social. Aceste abilități au stat la baza structurii de la care am pornit în încercarea noastră de a analiza literatura și gândirea științifice, pentru a identifica sugestii pentru strategiile parentale, precum și de a studia scrierile de popularizare despre parenting care să ne ajute să evidențiem actuala tendință din acest domeniu. Ne-am concentrat atenția asupra a două abilități cognitive înrudite pe care părinții le-ar putea cultiva cu ușurință la sugari, copii mici, preadolescenți și adolescenți — explorarea și inovarea. Se pare că în rândul cercetătorilor există un consens în privința faptului că toți copiii au o abilitate înnăscută de a explora și inova, dar trebuie să-și cultive într-un anumit mod aceste abilități pe măsură ce cresc pentru a și le putea dezvolta în cât mai mare măsură. Specialiștii apreciază că, din păcate, mult prea adesea, sistemul nostru educațional e deficitar din acest punct de vedere, iar copiilor noștri le lipsesc abilitățile necesare pentru a reuși în viață. Trebuie să menționăm faptul că toate conceptele pe care le analizăm conduc la o aceeași concluzie: copiii trebuie să aibă ceea ce multă lume numește în prezent „abilitățile secolului 21“[2] pentru a parcurge cu succes stadiile de dezvoltare și pentru a se adapta în cele din urmă la lumea nesigură în care trăiesc.

Pe măsură ce ne-am aventurat în profunzimea lumii antreprenorilor, s-au evidențiat alte trei trăsături personale. Optimismul, iată un accesoriu esențial: gândindu-ne cât de util îi este optimismul unui antreprenor (întreprinzător) la conducerea firmei, reușim să descoperim o serie de modalități în care optimismul ne-ar putea proteja copiii și i-ar ajuta să fie puternici și încrezători. Același lucru s-a întâmplat și când ne-am gândit la o altă trăsătură esențială a

profilului unui antreprenor: disponibilitatea de a-şi asuma riscuri. S-au scris multe pagini despre tendinţa culturii noastre de a-i învăţa pe copii să evite să îşi asume riscuri şi despre faptul că părinţii, cocoloşindu-şi copiii, îi pot împiedica să se dezvolte armonios şi să devină oameni de succes. În timpul discuţiilor noastre cu diferiţi antreprenori, am constatat că ei nu sunt tentaţi să fie imprudenţi şi să-şi asume riscuri exagerate de dragul riscului; dimpotrivă, ei adoptă anumite strategii şi caută să profite de anumite ocazii, care uneori pot presupune anumite riscuri. Acest comportament surprinzător ne-a ajutat să putem defini ce înseamnă o disponibilitate productivă sau acceptabilă de „a-şi asuma riscuri“ la copii, pe care am redenumit-o apoi „capacitatea de a identifica oportunităţi“. O a treia calitate personală — perseverenţa, sau altfel spus capacitatea de a fi „un om de acţiune“ — s-a evidenţiat şi ea în cadrul interviurilor noastre. Întreprinzătorii au tendinţa să se implice în „situaţii dificile“ şi sunt obişnuiţi să se descurce singuri; acest lucru contrazice afirmaţiile multora dintre criticii actualei culturi educative, care susţin că în ziua de azi copiii sunt educaţi să creadă că sunt „îndreptăţiţi“ să reuşească, li se cuvine acest lucru.

Cercetarea noastră a evidenţiat că, pentru a se bucura de succes, în afară de aptitudinile cognitive şi personale, un antreprenor trebuie să dispună de două abilităţi sociale specifice. Agreabilitatea îi ajută pe antreprenori să-şi mobilizeze colaboratorii şi să stabilească relaţii, iar această calitate se dovedeşte de un real folos în dezvoltarea unui copil; în egală măsură însă, absenţa agreabilităţii poate diminua rezultatele şcolare ale unui copil şi, în cele din urmă, îi poate afecta cariera profesională. Ne-am oprit apoi la un concept despre care se discută frecvent în mediul de afaceri, ideea că, pentru oamenii cu diferite profesii, a se pune în slujba celorlalţi nu reprezintă doar o împlinire personală, ci o cale spre succes în aproape orice domeniu. Şi cercetările în domeniul parentingului au evidenţiat cât de important este acest lucru.

Pe parcursul cărţii, noi sugerăm acţiuni concrete sau tehnici pe care cititorii le pot adopta pentru a-şi educa mai eficient copiii. Nu vă simţiţi obligaţi să ne urmaţi sugestiile. Consideraţi-le doar un punct de pornire. Viaţa de zi cu zi a unui părinte nu poate funcţiona după nişte reguli fixe, care să-i garanteze acelui părinte că-i asigură copilului său o dezvoltare optimă, dar cercetările în domeniul dezvoltării copilului ne ajută să identificăm comportamente parentale care să le permită copiilor noştri să-şi dezvolte în cât mai mare măsură abilităţile înnăscute. Unele dintre sugestiile noastre sunt rezultatul unor cercetări recente, altele sunt inspirate de descoperirile ştiinţifice realizate şi reconfirmate de-a

lungul deceniilor — am făcut un pas înapoi și am încercat să privim imaginea de ansamblu, pentru a putea identifica cele mai utile idei de reținut care reprezintă gândirea actuală în domeniul dezvoltării copilului. Sperăm să folosiți această carte în mod creativ, preluând din ea idei și sfaturi, pe care să le puneți apoi în practică așa cum credeți de cuviință, și având încredere, în cât de mică măsură, că acestea vă vor fi de folos vouă, părinților, și copiilor voștri, deopotrivă. Nu uitați că cercetătorii care studiază copiii au satisfacția să afle cât mai multe lucruri despre ceea ce pot face copiii și sunt încântați să le dezvăluie aptitudinile. Suntem convinși că vă va face plăcere să aplicați câte ceva din ceea ce veți găsi în această carte.

La urma urmei, copilăria și dezvoltarea copiilor înseamnă astăzi dobândirea unui spirit întreprinzător. Copiii trebuie să se adapteze la o lume în continuă schimbare, la o lume nesigură, atât la școală, cât și la locul de joacă, și trebuie să fie capabili să facă față provocărilor și să depășească dezamăgirile inevitabile. Deși „capabil“ pare a avea o tentă retro — iar cartea noastră dezvăluie în mare măsură noua atitudine față de o serie de trăsături tradiționale —, acest concept are și o notă de modernitate, care se referă la esența provocărilor pe care le vor avea de înfruntat copiii noștri în viitor. Jen a participat în decembrie 2014 la o conferință despre tendințele de pe piețele emergente, iar coordonatorul conferinței, futurologul Edie Weiner, a introdus un concept atât de frapant încât Jen a fost șocată. Weiner a declarat că în prezent noi trecem de la o lume a celor „care au și care nu au“ la o lume a celor „care pot și care nu pot“[3]. Succesul în carieră în viitorii ani nu va mai depinde de relațiile sau de titlurile academice ale cuiva (ceea ce are o persoană), ci de faptul că acea persoană are sau nu calitățile necesare — în special capacitatea de a învăța, de a se dezvolta și de a se reinventa sau de ceea ce poate face acea persoană. Indivizii care se pot adapta la nevoile în permanentă schimbare ale pieței și se vor putea descurca fără un plan stabilit dinainte vor supraviețui, vor reuși și vor găsi fericirea. Antreprenorii sunt în mod natural oameni de acțiune, oameni capabili, care „pot“. Și copiii noștri vor deveni niște „copii capabili“ dacă reușim să le oferim anumite elemente din experiența și calitățile unui întreprinzător, în special când aceste elemente pot fi susținute cu cercetări recente ale practicilor bazate pe dovezi.

Ca părinți, ne dorim să le dăruim copiilor noștri, prin educație, o seamă de aptitudini care să-i ajute să înțeleagă și să dobândească atât fericirea personală, cât și reușita în carieră. Deși prima noastră discuție pe tema acestei cărți s-a axat pe faptul că, în viitor, copiii noștri vor trăi într-o lume nesigură, ne-am consolat cu ideea că, dacă vom reuși să facem din copiii noștri niște viitori oameni de

acțiune, viitori întreprinzători, vom avea satisfacția că ne-am făcut datoria și i-am pregătit pentru viața plină de surprize care îi așteaptă.

---

[1] Persoana fizică sau juridică ce își asumă riscul de a organiza, desfășura și dezvolta o afacere, o activitate profitabilă. (N.t.)

[2] Vezi, de pildă, Partnership for 21st Century Skills, www.p21.org.

[3] Raport (The Future Hunters, Whiteboard Quarterly Trend Summit, 15 decembrie 2014) care prezintă un rezumat al perspectivelor oferite la întâlnirea Trend Summit găzduită de Weiner, Edrich, Brown, Inc.

1

Programați pentru a explora

Dacă avem în vedere aptitudinile tehnologice ale copiilor din ziua de azi, am putea afirma că aceste ființe sunt mai bine pregătite decât generațiile anterioare pentru a reuși în viață. Un copil mic (de 1–3 ani) poate avea o seamă de abilități pe care mulți adulți nu le dobândesc decât la vârsta maturității, și va căpăta noi aptitudini care ne vor depăși cu mult așteptările. Dan Harple[4], un antreprenor reputat în domeniul tehnologiei, remarca faptul că există, din păcate, un lucru care lipsește din experiența formativă a unui copil — ceva ce generațiile anterioare aveau din plin. „Copiii din ziua de azi au alte condiții restrictive decât cele pe care le aveam noi în anii 1960“, spune Harple. El continuă apoi: „Noi ne bucuram de o libertate fără restricții. Ieșeam la joacă nesupravegheați, și asta era singura noastră preocupare, nu ne interesa să dobândim aptitudini noi. Ne dădeam în leagăne și săream la trambulină. Am constatat că lucrurile s-au schimbat în anii 1980, iar activitățile copiilor noștri au început să fie încorsetate, controlate îndeaproape. Când am devenit părinte, am încercat să mă opun din răsputeri acestei tendințe. Copiii trebuie să aibă libertatea să alerge și să exploreze“.

Este probabil surprinzător că un om ca Harple, un expert în tehnologie, se gândește cu nostalgie la perioada copilăriei, când tehnologia era la început de drum. Și nu uitați, Harple nu este un specialist oarecare, este unul de vârf. Am putea scrie un întreg capitol despre contribuțiile sale ca inventator și antreprenor. La începutul anilor 1990, a contribuit la crearea Telefoniei IP (sau Telefonie Internet), a transferurilor de fluxuri de date, a teleconferinței audiografice. A fost cofondator, președinte și director general al InSoft, care în 1995 a fuzionat cu Netscape Communications Corporation și a oferit, printre altele, condițiile necesare pentru a se accesa informații pe internet în timp real și prima platformă de internet în timp real (pe care o folosesc în prezent milioane de persoane pentru prezentări video). Harple a înființat o serie de alte companii, inclusiv

Context Media (achiziționată de Oracle în 2005) și GyPSii[5]. În prezent, Harple este director executiv al Shamrock Ventures BV, precum și Sloan Fellow[6] la Massachusetts Institute of Technology, unde îndeplinește funcția de Entrepreneur in Residence (EIR). Dar, iată că, în ciuda acestei impresionante cărți de vizită, Harple își amintește cu nostalgie ce rol important au avut timpul liber și explorarea în copilăria sa și susține cu tărie cât de mult ar avea de profitat de pe urma lor și tinerii din ziua de azi, în pofida îndemânării lor în lumea tehnologiei.

Harple, tată a cinci copii, a demonstrat că este adevărat ceea ce spune. Deși copiii săi au avut, desigur, posibilitatea să se familiarizeze cu tehnologia când au crescut, nu au stat tot timpul în fața computerului și au avut mult timp la dispoziție pentru joacă. „Când eram președinte-director general al Context Media, biroul meu era ceva mai mare decât trebuia. Într-un colț, am instalat un cort. Acolo se jucau copiii mei în timp ce eu lucram. Își aduceau de acasă hârtie, creioane și jucării și «lucrau la birou».“ Copiii lui Harple au avut astfel ocazia să asiste la ceea ce se petrecea în biroul tatălui lor; le făcea plăcere să profite de timpul în care nu erau supravegheați îndeaproape, să se joace și să trăiască experiențe noi.

Lui Harple îi plăcea să-și ia copiii la birou pentru că își amintea de timpul petrecut împreună cu tatăl său, inginer electronist. „Tatăl meu repara echipamente muzicale — amplificatoare și orgi. Eu stăteam pe lângă el și-l priveam muncind. Uneori îmi spunea să caut ceva, să zicem o rezistență de 30 de wați, iar asta îmi dădea ocazia să „explorez“, să studiez toate piesele componente care erau pe acolo. Îmi plăcea să-i studiez și pe muzicienii care veneau la tata să-și lase echipamentul muzical la reparat sau să-l ridice. Am acumulat multe experiențe care mai târziu mi-au modelat parcursul vieții.“

COPILĂRIA = NUMAI LECȚII, FĂRĂ JOACĂ?

Reflecțiile lui Harple pe tema copilăriei evidențiază o preocupare exprimată de mulți specialiști din domeniul dezvoltării copilului: în zilele noastre, copiii nu mai dispun de suficient timp pentru a se juca nestingheriți. Dovezile și informațiile la care am avut acces sugerează în tot mai mare măsură faptul că părinții nu acordă suficientă importanță rolului pe care îl are joaca în dezvoltarea

copilului, faptului că ea contribuie la crearea unor aptitudini cognitive şi personale vitale pentru reuşita (împlinirea) personală şi profesională. În 2007, American Academy of Pediatrics (AAP)[7] a publicat un raport detaliat care conţinea date ce conduceau la concluzia că joaca în voie a pierdut teren în ultimele două decenii atât acasă, cât şi la şcoală. Un prim exemplu în acest sens îl constituie faptul că recreaţiile sunt mai scurte. În vara anului 2014, la un post public de radio, KUOW Puget Sound[8], s-a semnalat faptul că la unsprezece şcoli publice din Seattle recreaţia s-a diminuat la douăzeci de minute pe zi sau chiar mai puţin. Acum patru ani, o singură şcoală a adoptat această practică. Acest lucru este îngrijorător, deoarece cele mai multe cercetări au evidenţiat în mod repetat faptul că pauzele mai lungi duc la rezultate şcolare mai bune. Trebuie să menţionăm şi un alt raport al AAP (publicat în 2013)[9] care a abordat în mod special problema menţinerii sau revenirii la durata tradiţională a pauzei în primii ani de şcoală şi importanţa acordării unui timp suficient de îndelungat copiilor (de pildă, peste 30 de minute) pentru a se angrena complet în anumite activităţi. Cu toate acestea, auzim în continuare ştiri despre reducerea recreaţiilor şcolare.

Amintiţi-vă, preţ de câteva clipe, cum vi s-a părut la grădiniţă. Foarte probabil, mulţi dintre voi mergeaţi la o grădiniţă cu program redus. Mai tot timpul, la grădiniţă, ne jucam, desenam, cântam, modelam în plastilină, şi ni se predau noţiuni introductive de matematică, scriere şi citire. În prezent, din păcate, nu este deloc neobişnuit să auzi că activitatea de la grădiniţă se concentrează, în 2014, în mod special pe predarea unor cunoştinţe şi se trec cu vederea nu doar recreaţiile, ci şi alte aspecte importante ale educaţiei tradiţionale destinate copiilor mici, precum desenul, muzica, modelarea în plastilină, care contribuie mult la dezvoltarea copiilor.

Să renunţăm câteva clipe la date, cercetări şi teorie. Nu vi se pare ciudat faptul că un copil în vârstă de 5 ani nu are ocazia să iasă afară şi să se joace pe parcursul a şapte sau opt ore pe zi petrecute la grădiniţă? Ce părere aveţi despre faptul că la grădiniţă[10] şi în clasa pregătitoare se renunţă la joacă deoarece este necesar mai mult timp pentru a pregăti nişte copii de 5 şi 6 ani pentru facultate? Acest lucru s-a întâmplat în primăvara anului 2014 într-o şcoală din Elwood, New York. Părinţii tuturor elevilor au primit o scrisoare din partea conducerii şcolii, în care li se explica faptul că este mult mai important să se pună accentul pe citit, scris şi rezolvarea problemelor pentru a li se asigura copiilor reuşita la facultate şi mai târziu în viaţă. Cum să nu ne aducem aminte cu nostalgie de grădiniţa tradiţională în care au crescut cei mai mulţi dintre noi?

Este important să reținem că activitățile tipice de la grădiniță, precum joaca și punerea în scenă a unor piese nostime, nu sunt niște lucruri tangențiale, niște simple lucruri nostime pentru copii. Există modalități elementare prin care copiii dobândesc și dezvoltă multiple abilități cognitive și disponibilitatea de a învăța. Dr. Angeline Lillard, o autoritate în materie, și colegii săi de la Universitatea din Virginia au publicat în Psychological Bulletin un articol despre binefacerile jocului. Iată concluzia acestui articol: faptul de a le lăsa copiilor mici libertatea de a alege dintr-o serie de activități practice[11] aduce cele mai mari beneficii dezvoltării cognitive în primii ani de școală — în comparație cu orele de clasă foarte strict organizate care pun accentul pe predarea materiei de către profesori (instruire de sus în jos). Copiii de toate vârstele învață cel mai bine folosindu-și simțurile și experimentând. „Copiii trebuie să își exploreze în mod activ lumea.“

Copiii trebuie să își exploreze în mod activ lumea.

Se dezbate intens în presă și pe rețelele de socializare dacă nu cumva organizând în mod excesiv viața copiilor noștri le restrângem în mod substanțial timpul în care se pot juca și pot explora nestingheriți chiar și acasă. Jurnalistul Josh Levs a sugerat că anxietatea părinților ar fi factorul esențial care conduce la această organizare excesivă[12]. Se pare că părinții sunt îngrijorați că odraslele lor vor rămâne în urmă dacă nu sunt competitive la învățătură, sport, dans și în orice alt domeniu care le-ar putea aduce succes la maturitate. În același timp, mulți părinți, precum Dan Harple, înțeleg că, din păcate, copiilor nu li se dă ocazia să-și dezvolte propriile pasiuni pentru activități precum sportul sau muzica.

Nu-i putem considera pe părinți vinovați că vor ca micuții lor să reușească în viață, și pentru că se străduiesc să le asigure toate condițiile posibile pentru a-i ajuta să realizeze acest lucru — de fapt, chiar suntem de acord cu acest obiectiv. Problema este cum putem atinge acest obiectiv. Este adevărat că anumite activități sunt productive. Dar succesul viitor presupune și o serie de experiențe, iar perioada de formare le asigură copiilor un bagaj extrem de util, care le permite ca adulți să-și croiască un drum profitând de ocaziile care se ivesc și înfruntând provocările. Rețineți, abilitatea de a ne adapta la un mediu în continuă schimbare — de a fi întreprinzători și proactivi în pofida schimbării — a devenit mai importantă ca niciodată în economia actuală. Catherine Clifford, care scrie

pe Entrepreneur.com[13], consemnează: „...cândva, întreprinzătorii erau consideraţi cowboy-ii rebeli din Silicon Valley. Acum, trebuie să fii întreprinzător ca să poţi obține o slujbă și s-o poți păstra“. Ea amintește, printre alte tendințe, factori precum interesul lumii afacerilor de a angaja producători, constructori (antreprenori) independenți și de a externaliza anumite servicii. Jen întâlnește numeroase dovezi ale acestor tendințe în activitatea ei cotidiană. În plus, ea remarcă faptul că unii angajați tineri sunt capabili să învețe din zbor și să improvizeze, în timp ce alţii nu. Jen consideră că o condiție preliminară pentru angajarea unei persoane este capacitatea acesteia de a se adapta. Iar cea mai bună cale de a dobândi această aptitudine, potrivit specialiștilor, este de a explora situații noi și de a te simți în largul tău în timp ce încerci să-ți croiești drum pe un teritoriu necunoscut.

Potrivit unui articol publicat în Evolutionary Psychology[14], joaca nestingherită, fără restricții, în copilărie este resursa esențială a adaptabilității. Faptul că joaca nu are reguli stricte le permite copiilor să exploreze fără limite — iar când se joacă mai mulți copii, jocul devine imprevizibil, ceea ce le impune copiilor să se adapteze. Ori de câte ori copiii născocesc un joc, ei învață să respecte reguli noi, pe care le creează pe moment. Autorii acestui articol sugerează că această capacitate de a se adapta la schimbări încă din copilărie este asociată cu succesul la maturitate. „Copiii trebuie să aibă spirit antreprenorial când ies în lume.“ Altminteri, nu sunt pregătiți.

Copiii trebuie să aibă spirit antreprenorial când ies în lume.

Imaginați-vă, de pildă, că fiica voastră excelează la științe în liceu, că urmează o facultate de renume, face un masterat, obține un doctorat și este considerată una dintre mințile strălucite din domeniu. Ce se mai întâmplă apoi? Ei bine, nu-i rămâne decât să spere că fondurile destinate științelor biomedicale sunt îndeajuns de mari pentru a-i permite vreunei instituții s-o angajeze. Și apoi? Peste scurt timp, i se va cere să încerce să obțină fonduri care să-i asigure nu doar lucrările de cercetare, ci și salariul și beneficiile. Pentru a reuși să facă acest lucru, va trebui să dea dovadă de anumite calități antreprenoriale care să îi fie de folos în timp ce se confruntă cu mecanismele acordării de fonduri, de împrumuturi nereturnabile, și cu prioritățile în permanentă schimbare ale

agenţiilor de finanţare. Iar această nevoie de a se adapta şi de a improviza o va urmări pe parcursul întregii sale cariere, căci numai îndeplinind-o îşi va putea permite să îşi desfăşoare activitatea de om de ştiinţă la cel mai înalt nivel.

În viitor, pentru a reuşi cu adevărat, toţi copiii trebuie să fie întreprinzători. Cum îi putem ajuta? Lăsându-i să exploreze nestingheriţi mediul înconjurător încă din perioada în care sunt în scutece.

DESCHIDERE CĂTRE EXPERIENŢĂ

În psihologia personalităţii, tendinţa de a explora, de a manipula şi de a descoperi este subsumată trăsăturii numite „deschidere către experienţă“. Dr. Colin DeYoung, un cercetător de renume în acest domeniu[15], a afirmat că deschiderea spre experienţă este „o explorare cognitivă“ care include „abilitatea şi tendinţa de a căuta, a detecta, a înţelege, a utiliza şi a aprecia formele complexe de informaţie, atât la nivel senzorial, cât şi abstract“. S-a demonstrat faptul că această trăsătură „prezice“ succesul în domeniul artei, ştiinţei şi al altor discipline — inclusiv în domeniul antreprenorial. Hao Zao şi Scott E. Seibert au analizat rezultatele a treizeci şi trei de studii de cercetare[16] (folosind metaanaliza — o analiză statistică a unei largi colecţii de rezultate obţinute în studii individuale, cu scopul de a integra concluziile acestora) şi au ajuns la concluzia că antreprenorii, în comparaţie cu managerii, au o deschidere mult mai mare către experienţă.

Componentele esenţiale ale mentalităţii antreprenoriale sunt curiozitatea, explorarea şi descoperirea. Jen susţine că antreprenorii trăiesc cu „ecranul radarului“ deschis. Aceştia au o disponibilitate extraordinară către experienţă, dar în acelaşi timp observă în mod activ tot ceea ce se petrece în jurul lor. Le place să acumuleze cât mai multe informaţii posibile pentru că acest lucru este în avantajul lor. În cazul lui Jen, de pildă, experienţele cotidiene îi oferă stimuli pe care îi poate folosi în activitatea ei de relaţii publice. În timpul unei curse cu taxiul, ascultând monologul taximetristului, clientului îi poate veni o idee care îi poate fi de folos. Antreprenorii constată deseori cât de util este să fii atent tot timpul, aşadar „ecranele radarului“ sunt în permanenţă pregătite să detecteze semnale ce pot fi utilizate cu folos.

Ar fi logic, nu-i așa, să considerăm că unii oameni se nasc cu această trăsătură. Se presupune că, în general, trăsăturile de personalitate sunt genetice. Să fie oare posibil ca deschiderea către experiență să fie influențată exclusiv sau chiar de la bun început de ADN-ul nostru? Este posibil ca tipul de personalitate antreprenorial să aibă o „doză“ mai mare de informație în genomul său? Greu de crezut. Concluzia generală care reiese din multe studii de „informare genetică“[17] (de pildă, experimente naturale în care se compară similaritatea dintre gemenii identici și fraternali) este că deschiderea către experiență reflectă o influență moderată din partea genelor — circa 50 la sută. O evaluare statistică de acest fel nu are însă prea mare importanță. Acest lucru nu înseamnă că, în cazul unei anumite persoane, cincizeci la sută din tendința sa spre deschidere către experiență o poartă în gene, iar cincizeci la sută este rezultatul influenței mediului. Adevărul este că unii oameni au o deschidere mai mare către experiență, alții sunt mai puțin deschiși, iar unii se situează undeva la mijloc — se apreciază că numai un procent de cincizeci la sută poartă pecetea configurației genetice. Chiar și acest lucru este însă o speculație, căci tipurile de modele statistice pe care cercetătorii obișnuiesc să le folosească pentru a calcula ereditatea nu identifică de fapt genele, ci mai degrabă încearcă să modeleze efectul cumulativ al mai multor gene ipotetice. Iar concluzia este că, deși genele influențează tendințele comportamentale, mediul de dezvoltare are și el un rol important.

Lucrurile par complicate, și chiar sunt. Așadar, să repetăm ideea esențială: deschiderea către experiență nu este ceva cu care se nasc numai unii oameni. Experiența de viață este importantă. Da, puteți observa în mod empiric, în calitate de părinte că un copil este mai mult sau mai puțin deschis către experiență. Acest lucru nu înseamnă însă că nu puteți sau nu trebuie să încercați să-i cultivați oricum această trăsătură copilului și să-l încurajați să țină tot timpul ecranul radarului deschis, gata să detecteze lucrurile interesante din lumea lui.

ȘI BEBELUȘII FOLOSESC ECRANUL RADARULUI

Bebelușii vin pe lume dotați (din punct de vedere neuroștiințific) pentru explorare. Ei au, ca și antreprenorii, „ecranele radarului deschise“, pentru a căuta semnale folositoare în zgomotul permanent din mediul în care trăiesc. Bebelușii

sunt totodată echipaţi intuitiv să caute tipul potrivit de informaţie — datele pe care creierul lor este cel mai bine pregătit să le prelucreze. Ei pot căuta într-o cantitate foarte mare, aproape infinită, de informaţie, pentru a găsi stimuli de care are nevoie creierul lor. Iată de ce, ei sunt echipaţi să înţeleagă lumea într-un mod surprinzător de sofisticat. Ca părinte, ştiind într-o oarecare măsură cum reuşesc să facă acest lucru, puteţi aprecia cum se cuvine nevoia lor de a explora, pe măsură ce îi ajutaţi să dobândească abilităţile esenţiale în primul an de viaţă.

Analizând fenomenul vizual, cercetătorii au numit faptul că, cel mai adesea, copiii îşi concentrează atenţia asupra unor lucruri nici prea simple, nici prea complicate, ci tocmai potrivite pentru ei, „efectul Goldilocks (Bucle Aurii)“[18]. Când se uită la ceva, copiii, precum Bucle Aurii, au o zonă preferată care li se pare a fi „tocmai bună“[19]. În cadrul unui studiu s-a folosit o tehnologie sofisticată pentru a urmări mişcările ochilor unor copii în vârstă de şapte şi opt luni, mişcări induse de o serie de stimuli de diferite niveluri de complexitate. S-a constatat că, dacă ceva e prea simplu, nu reţine atenţia copiilor pentru mult timp, după o vreme ei nu mai privesc într-acolo. Dacă ceva este prea complicat, copiii îşi pierd interesul foarte repede. Dar dacă ceva conţine cantitatea potrivită de informaţie — nu e nici prea simplu, nici prea complicat —, atunci copilul îşi concentrează atenţia asupra acelui lucru şi îl explorează. Trebuie să evitaţi însă să cumpăraţi prea multe lucruri pentru a stimula un copil. Lumea înconjurătoare prezintă mult interes, atât timp cât copiilor li se oferă îndeajuns de mult ocazia să găsească nivelul „tocmai potrivit“ de procesare.

Puteţi constata abilitatea nou-născuţilor de a funcţiona ca nişte adevăraţi exploratori şi altfel. Ei au reflexe neonatale sau arhaice, involuntare, dar esenţiale pentru supravieţuire. Nou-născuţii pot recunoaşte o voce în primele săptămâni de viaţă, chiar şi în primele zile. Cum ne dăm seama de acest lucru? Principiul de bază este mişcarea selectivă — bebeluşul va întoarce capul într-o parte sau alta pentru a încerca să descopere de unde se aude vocea pe care o poate recunoaşte. Un alt exemplu este reflexul de fixare pentru supt: dacă atingeţi un bebeluş pe obraz, el va întoarce capul în direcţia aceea, ca atunci când se pregăteşte să sugă. Peste câteva săptămâni, această mişcare nu va mai fi un simplu reflex; bebeluşii întorc capul selectiv spre sursa de mâncare (biberonul sau sânul mamei), demonstrând că au început să fie conştienţi de „lumea exterioară“.

Ceea ce este cu adevărat captivant pentru bebeluşi este faptul că lumea exterioară, deşi neclară şi în continuă schimbare, oferă îndeajuns de multe

elemente de continuitate pentru a fi un loc previzibil. În timp ce procesează o serie de stimuli noi, precum și modele repetabile, bebelușii explorează și se simt totodată în siguranță. De un asemenea echilibru între predictibilitate și noutate are nevoie și un antreprenor pentru a conferi afacerii sale un caracter inovator durabil. O afacere care nu are structuri fixe, care este doar inovatoare, devine instabilă, în timp ce una care funcționează prea rigid nu poate fi inovatoare. Antreprenorii precum Jen nu trebuie să învețe din nou cum să mențină acest echilibru. Ei trebuie doar să-și amintească ceva ce au învățat la un nivel de bază în primele săptămâni de viață.

SĂ-I ÎNCURAJĂM PE COPII SĂ EXPLOREZE ÎNCĂ DE LA NAȘTERE

Dacă bebelușii sunt mai sofisticați cognitiv decât ne imaginăm, cum am putea să îi stimulăm să exploreze de timpuriu? Am putea, de pildă, să încercăm să scoatem limba la un nou-născut sau la un bebeluș de câteva săptămâni. Cei mai mulți vor reacționa scoțând și ei limba. Deși cercetătorii au dezbătut decenii întregi semnificația pe care o are la nou-născuți[20] „scoaterea limbii“, cercetările recente, foarte bine documentate, au confirmat că aceștia îi imită pe adulți. Această afirmație poate părea nefondată științific, dar nu este așa. De fapt, gestul lor este o achiziție cognitivă în care percepția selectivă (care vizează chipul uman) este tradusă în control motor (scoaterea limbii) pentru a favoriza interacțiunea socială. Altfel spus, chiar dacă un bebeluș nu imită acțiunea, părintele se obișnuiește să-i ofere lucruri interesante la care să se uite și care să-l provoace și să-l determine să răspundă. Îi consolidați astfel — încă din primele zile de viață — tendința înnăscută de a explora.

Același principiu este valabil și în cazul altor comportamente care stârnesc interesul bebelușilor. Încercați să provocați reflexul de sucțiune și reflexul de fixare pentru supt atingând ușor cu degetul obrazul bebelușului; el va reacționa întorcând capul spre deget. Vorbiți-i bebelușului în timp ce vă plimbați prin cameră și veți observa că el începe să vă urmărească vocea. Găsiți modalități proprii de a-l stimula pentru a obține un răspuns. Vă veți entuziasma când copilul începe să-și dezvolte abilitățile specifice. Orice specialist în dezvoltarea copilului vă va spune că acestea sunt principalele mijloace prin care bebelușii

încep să învețe și să acumuleze informație din mediul lor — și încep, de fapt, să înțeleagă că lumea este un loc interesant.

FEȚE VERSUS ECRANE

Ați auzit vorbindu-se, fără îndoială, despre importanța „interacțiunii față în față“ în primii ani de viață. La baza sa se află un motiv bun. Bebelușii au o „preferință expresă“ pentru fața umană — ei preferă să privească o față și nu un obiect. De fapt, dacă au ocazia, le place să analizeze fața umană. Cercetătorii au întreprins un studiu pentru a analiza cât de intens citesc bebelușii chipul uman ca o componentă a învățării limbajului.[21] S-a constatat astfel că bebelușii în vârstă de 4 luni își concentrează atenția asupra ochilor, cei de 6–8 luni asupra ochilor și gurii, cei de 8–10 luni asupra gurii, iar cei de 12 luni asupra ochilor. De ce? Pentru cei mai mici participanți la studiu — în vârstă de 4 luni — ochii reprezintă modalitatea logică de a stabili o legătură cu un adult. Peste câteva luni însă, bebelușii se uită și la gură, locul de unde provin sunetele. Gura devine apoi singurul punct de atracție — acum, la 8–10 luni — pentru că bebelușii devin mai atenți la sunete.

De ce atenția unui copil de 12 luni revine asupra ochilor? Bebelușul de 4 luni nu face încă legătura între gură și sunete, dar copilul de 12 luni a înțeles acest lucru și este capabil să proceseze limbajul fără să se mai uite la gură. Aceasta nu mai prezintă niciun interes. Ochii părintelui însă sunt o sursă de informație suplimentară pentru un copil de 12 luni, care face legătura între ceea ce se spune și ceea ce citește în ochi.

În numai un an, primul an de viață, are loc un intens proces de explorare cognitivă și schimbare. Diferențele de vârstă vin în sprijinul a ceea ce am spus — bebelușii sunt programați pentru a explora, dar au nevoie de cât mai multe ocazii pentru a se implica intens și continuu în descoperirea a ceea ce este mai relevant pentru ei. Aceasta este esența sintagmei „interacțiune față în față“ despre care vorbesc atât de insistent medicii pediatri, psihologii și specialiștii în dezvoltarea copilului. Semnificația sa este chiar literală. Copiii trebuie să studieze fața umană. Acest lucru le oferă (la diferite vârste) în mod consecvent informații interesante care sunt „numai bune“ de asimilat. Fața umană este

fascinantă deoarece este dinamică în timp real şi este îndeajuns de complexă pentru a constitui o permanentă sursă de stimulare.

Iată de ce cercetătorii din domeniul dezvoltării copilului au privit cu îngrijorare problema timpului petrecut de copiii mici în faţa televizorului sau a unui ecran de orice fel. Specialiştii vor să se asigure că bebeluşii beneficiază în cât mai mare măsură posibil de interacţiune umană, iar timpul petrecut de copii în faţa unui ecran interferează cu interacţiunea faţă în faţă, de care au nevoie copiii. Bebeluşii nu îşi vor folosi la capacitate maximă abilităţile senzoriale în curs de formare şi aptitudinile cognitive pe care sunt pe cale să le dobândească dacă îşi concentrează atenţia asupra unui ecran. Oricât de avansate şi sofisticate ar fi tabletele (un accesoriu la îndemâna oricui), ecranele nu-i asigură o stimulare optimă unui bebeluş. Tableta nu îi poate asigura acea combinaţie magică de informaţie vizuală uluitoare, dar asimilabilă, care îi oferă acele momente „numai bune“ de explorare şi descoperire care se pot schimba de la o lună la alta.

Gândiţi-vă cât de complicat ar fi să programăm conţinutul unei tablete ca să poată simula toate lucrurile pe care reuşeşte să le transmită faţa umană. Emoţiile care se pot citi pe faţa unui om, nuanţele ce pot fi detectate pe un chip, interacţiunea dintre ochi şi gură — şi să nu uităm că în interacţiunea dintre părinte şi copil intervine ceva nou de fiecare dată. Să facem un test: aşezaţi-vă şi jucaţi orice joc de pe tabletă pe care îl puteţi arăta copilului şi comparaţi apoi ceea ce vedeţi pe ecran cu ceea ce vedeţi privindu-vă în oglindă în timp ce vorbiţi, folosind cât mai multe tonalităţi şi expresii emoţionale. Cu siguranţă, în oglindă veţi vedea mai mult. Asta nu înseamnă că timpul petrecut în faţa unui ecran este în mod necesar dăunător (deşi există persoane care susţin acest lucru); esenţial este ca timpul petrecut în faţa ecranului să nu înlocuiască timpul destinat relaţiei, comunicării faţă în faţă dintre părinte şi copil.

Discuţia despre interacţiunea faţă în faţă şi timpul petrecut în faţa unui ecran în primul an de viaţă nu este desigur o noutate. Schimbările la care asistăm an de an sunt mult mai spectaculoase decât cele înregistrate în domeniul tehnologiei în urmă cu câteva decenii. Common Sense Media (CSM) este o organizaţie nonprofit care studiază în ce măsură folosesc copiii mass-media. CSM a urmărit, cu ajutorul unor studii efectuate la nivel naţional, schimbările care au intervenit în ultimii ani în acest domeniu[22]; au fost publicate rapoarte care conţin date pe această temă în 2011 şi 2013. După cum subliniază Vicky Rideout, director de cercetare al CSM[23], schimbările constatate în intervalul dintre aceste două rapoarte au fost fără precedent — ele fiind justificate de creşterea accesului la

mass-media datorită tehnologiei mobile. Iată câteva date:

• În 2013, 75 la sută din copii aveau acces la un dispozitiv mobil, față de 52 la sută în raportul anterior.

• Telefoanele inteligente (smartphone) sunt în continuare cel mai des folosit dispozitiv mobil (63 la sută, față de 41 la sută), dar și numărul posesorilor de tablete este de cinci ori mai mare (de la 8 la sută la 40 la sută).

• Numărul copiilor care au folosit dispozitive mobile aproape s-a dublat (de la 38 la sută la 72 la sută), iar media timpului dedicat zilnic folosirii dispozitivelor mobile s-a triplat (de la cinci la cincisprezece minute pe zi).

În 2014, aproape 40 la sută dintre sugari au folosit un smartphone sau o tabletă înainte de a împlini 1 an. CSM a evidențiat, de asemenea, faptul că această creștere înregistrată în domeniul noii tehnologii mobile nu este însoțită de o descreștere în folosirea vechii tehnologii; la nivelul grupelor de vârstă, timpul petrecut în fața televizorului a continuat să crească. În cazul sugarilor s-a avut în vedere și perioada de timp petrecută de copil cu televizorul în fundal, când el nu stă, de fapt, în fața televizorului.

La ce concluzie ne conduc toate aceste informații? Este recomandabil pentru sugari să privească la televizor sau să folosească tehnologie mobilă? Timpul petrecut în fața unui ecran poate avea avantaje pentru bebeluși și copii de până la 3 ani? Sau ar trebui să ne îngrijoreze? În 2013, American Academy of Pediatrics (AAP) a adoptat o nouă orientare[24] (prima schimbare intervenită de mai bine de un deceniu încoace) și a recunoscut că timpul petrecut în fața unui ecran a ajuns să fie o dominantă în viața de familie, în viața copiilor și chiar a sugarilor. Specialiștii din domeniul dezvoltării copilului susțin acum că este necesară crearea unui echilibru între timpul petrecut în fața unui ecran în mod „pasiv“ și „activ“. Adică între timpul în care un copil de 6 ani „privește“ în mod pasiv o emisiune la televizor și timpul în care rezolvă în mod activ o problemă de matematică pe tabletă sau pe alt dispozitiv mobil. Ambele variante sunt o constantă în viața copiilor astăzi, dar părinții trebuie să știe care este diferența între timpul petrecut în mod pasiv în fața unui ecran și timpul petrecut în mod activ în fața unui ecran și mai ales să reducă timpul petrecut în mod pasiv în fața

unui ecran.

Una dintre recomandările importante a rămas neschimbată. AAP susține în continuare că pediatrii trebuie să-i sfătuiască pe părinți să nu le permită copiilor mai mici de doi ani să petreacă timp în fața unui ecran. Nu este o noutate acest lucru. Înainte de a fi acceptate de specialiștii în parenting, televizorul, jocurile video, laptopul au fost toate considerate fie nesănătoase, fie nepotrivite pentru copii. Situația este acum oarecum diferită. A fost nevoie de timp până să învățăm și să ne acomodăm cu noua tehnologie; cercetările în domeniul televiziunii au durat decenii, dar schimbările intervenite au fost puține. În ultimii ani au apărut cu o viteză uluitoare tot felul de dispozitive noi la îndemâna copiilor și a părinților — s-a ajuns practic în situația ca o familie să fie permanent conectată la tehnologie. Am văzut cu toții în malluri și restaurante sugari cu smartphone-uri în mână. Au apărut deja cărucioare de copii dotate cu suport pentru iPad. Întotdeauna au existat voci, și vor continua să fie, care susțin că anumite programe sau jocuri pot îmbunătăți abilitățile copilului pentru citit și rezolvarea problemelor de matematică. Vor fi oare copiii care cresc în era tehnologiei mobile mai inteligenți și mai receptivi la nou decât generațiile anterioare? Cercetătorii din domeniu nu au găsit un răspuns; nu au apucat încă să studieze impactul noii tehnologii.

Iată câteva certitudini. Interacțiunea față în față dintre un părinte și un sugar este esențială și niciun alt tip de stimulare nu poate simula acest proces și nu poate asigura beneficii cognitive, emoționale și sociale similare. Interacțiunea față în față este elementul de bază pentru explorarea lumii în primul an de viață.

ACORDAȚI IMPORTANȚA NECESARĂ INTERACȚIUNII

Interacțiunea dintre părinte și copil este esențială: cum puteți profita cel mai mult de pe urma ei? Primul lucru, și cel mai la îndemână, este să vă așezați pur și simplu în fața copilului. Un sugar trebuie să vă vadă fața pentru a putea „descifra“ toate informațiile pe care chipul vostru i le poate oferi. Vorbiți-i copilului în timp ce-l țineți în brațe și aveți grijă să fiți față în față. Veți observa cu ușurință cât de atent vă privește. Pe măsură ce copiii cresc, așezați-vă împreună pe jos și lăsați-i să vi se urce în brațe, tot față în față. Ați înțeles ce

vreau să spun, nu-i așa? Pe măsură ce sugarii se dezvoltă, procedați în așa fel încât ei să vă poată vedea fața și să se poată bucura de vederea ei. Jucați jocuri precum „cucu-bau“ — care vă ajută mai bine ca orice să folosiți interacțiunea față în față (vă ascundeți fața cu palmele și râdeți când v-o descoperiți „cucu-bau“) și vă veți distra de minune împreună. Nu fiți timizi, vorbiți mult, gesticulați, râdeți, schimbați-vă fizionomia. Expresiile faciale precum bucuria și surprinderea îi oferă copilului ocazia să exploreze și să învețe. De ce bebelușii vă privesc cu interes fața? Pentru că astfel se creează relația emoțională dintre părinte și copil. De același interes se bucură, desigur, și vocea părintelui. Toate inflexiunile vocii părintelui îl stimulează pe copil să fie atent la acesta și să se bucure odată cu el.

Aceste tehnici funcționează cel mai bine atunci când puteți interacționa cu sugarul fără ca atenția să vă fie distrasă și unuia și celuilalt de altceva. Rezervați-vă timp exclusiv pentru copil, când renunțați să folosiți tehnologia — chiar și zgomotul de fond al unui televizor îi poate distrage atenția sugarului. Gândiți astfel: dacă puteți dedica cincisprezece minute la fiecare oră copilului, timp în care veți interacționa față în față, veți stabili o rutină care vă va permite să interacționați din punct de vedere cognitiv, dar nu vă va împiedica să vă vedeți de treburile zilnice. Toate activitățile legate de îngrijirea sugarului: hrănirea, schimbarea scutecului, baia etc. vor fi un bun prilej de interacțiune — și este foarte indicat să le acordați atenția cuvenită. Puteți profita de somnul copilului (sau de timpul în care privește un ecran) ca să vă rezolvați problemele curente sau să priviți emisiunile preferate. Veți constata că vă va fi mult mai comod așa și vă veți simți mult mai puțin vinovați că ați expus copilul prea mult tehnologiei când ați privit o emisiune la televizor sau ați lucrat la laptop cu el în brațe. În plus, nici nu ați neglijat timpul consacrat interacțiunii față în față.

AȘEZAȚI COPILUL ÎN AȘA FEL ÎNCÂT SĂ POATĂ EXPLORA ÎMPREJURIMILE

Cercetătorii din domeniul dezvoltării copilului sunt mai convinși ca niciodată că dezvoltarea cognitivă este stimulată de mișcare. Sugarii, copiii mici, copiii în general, învață mai mult atunci când se mișcă, țin în mână și manevrează obiectele din lumea lor. Numai că până când reușesc să se miște singuri depind

de ceilalţi să le ofere ocazia de a lua contact cu mediul din jur. Puteţi deci încuraja explorarea cognitivă a copilului având grijă cum îl aşezaţi. Doctorii Michele Lobo şi James Galloway au ţinut un curs de pregătire[25] pe o durată de trei săptămâni, la care au participat părinţi/alte persoane care aveau grijă de copii, despre „cum trebuie manevrat şi poziţionat“ un copil în vârstă de două luni (vârsta copiilor participanţilor la curs). Unele dintre manevre priveau sprijinirea statului în funduleţ, precum şi statul pe burtă. Apoi, copiii celor care au participat la curs au fost comparaţi cu alţi copii ai unor aparţinători care nu au participat la cursul de pregătire de trei săptămâni. Ideea de la care s-a pornit a fost că schimbarea poziţiei stimulează dezvoltarea tonusului muscular şi a abilităţilor motorii care conduc la explorare cognitivă.

Rezultatele au fost evidente. În următoarele luni (de la vârsta de trei până la cinci luni), grupul copiilor cu poziţia îmbunătăţită a înregistrat progrese notabile la o serie de indicatori de dezvoltare motorie, cum ar fi, de pildă, faptul că se întindeau după obiecte. Beneficiile nu s-au limitat însă la acest lucru. Peste un an, aceşti copii au continuat să înregistreze progrese în dezvoltarea motorie — manevrarea obiectelor, mutarea unui obiect dintr-o mână în alta. Un alt fapt notabil este acela că mulţi dintre aparţinătorii care au participat la cursul de pregătire au declarat că cele învăţate acolo au influenţat modul în care au interacţionat cu copilul pe parcursul anului următor. Ei au îmbrăţişat ideea că explorarea copilului este sprijinită de dezvoltarea motorie şi că încurajând dezvoltarea motorie, ei pot înlesni dezvoltarea cognitivă a copilului.

Un alt studiu face legătura între dezvoltarea motorie şi cognitivă în mod şi mai explicit. În cadrul acestui studiu, mai mulţi copii începând de la vârsta de patru luni şi jumătate şi până la şapte luni şi jumătate au fost aduşi într-un laborator unde cercetătorii au observat modul în care aceştia explorează vizual şi manual diferite jucării[26]. Scopul era să se vadă dacă aceşti copii vor şti să privească partea din spate a imaginii proiectate a unui obiect tridimensional — altfel spus, dacă vor înţelege că obiectele tridimensionale au mai multe laturi de explorat. Acest lucru a fost determinat arătându-li-se copiilor imaginea unor obiecte goale şi urmărindu-se apoi mişcarea ochilor copiilor pentru a se observa dacă privesc doar partea din faţă a obiectelor sau privesc şi partea din spate.

Numai unii copii şi-au dat seama că obiectele sunt tridimensionale — cei despre care părinţii au spus că au fost ridicaţi deseori în poziţie verticală (adică cei care au o mai mare abilitate de a explora şi manevra obiectele). Cercetătorii au constatat că uşurinţa cu care copiii manevrau obiectele era asociată cu faptul că

percepeau natura tridimensională a imaginilor care le fuseseră arătate. Sugarii care au fost mai interesați de obiectele 3D au înțeles că ele ascund ceva, că mai e ceva de descoperit și și-au îndreptat atenția vizuală spre explorarea acestei necunoscute. Ei erau deja pregătiți să fie exploratori activi.

Ținând cont de aceste constatări, puteți folosi poziționarea strategică — ajutați-l să stea în șezut sau pe burtă — pentru a dezvolta mușchii sugarului și pentru a încuraja descoperirile senzoriale și perceptuale timpurii. Pe măsură ce sugarii își dezvoltă capacitatea de a ține și de a manevra obiecte, înlesniți-le dezvoltarea abilităților motorii ajutându-i să ajungă la obiectele care îi interesează. După ce sugarii reușesc să ajungă la obiectele dorite, încurajați-i să le manevreze. De exemplu, nu vă mulțumiți doar să-i dați copilului o jucărie cu care vrea să se joace, puteți face chiar din acest lucru o joacă, punând jucăria la îndemâna lui, ca să se bucure când reușește s-o apuce. Dacă stă în șezut, puneți jucăria îndeajuns de aproape încât să ajungă la ea; dacă merge de-a bușilea, puneți-o destul de aproape. Așezați-i în poziția favorabilă să poată exersa fiecare lucru învățat (să stea în șezut, să meargă de-a bușilea, să se ridice) și veți încuraja o explorare activă a mediului în care trăiesc, care va avea ca rezultat nenumărate beneficii cognitive.

DE CE AVEM NEVOIE DE MUZEE ALE COPIILOR

Am vorbit până acum despre sugari pentru a evidenția cât este de important ca părinții să alimenteze și să consolideze instinctul de explorare pe parcursul dezvoltării copilului. Dar rolul de a încuraja explorarea nu ia sfârșit odată cu primul an de viață al copilului. Toți copiii mici au aptitudini pentru a explora, a manevra și a descoperi, iar părinții trebuie să le accepte și să le încurajeze curiozitatea. Tatăl lui Jen, profesor de științe, i-a transmis observarea atentă a lumii naturale — a învățat-o să își pună întrebări, să exploreze și să consemneze toate informațiile despre ieșirile zilnice. A transformat fiecare plimbare pe stradă sau în curte într-o adevărată aventură — într-o ocazie să remarce ceva ce nu a observat până atunci. O omidă pe o frunză, o râmă sub o piatră, cum strălucește o buruiană când înoată pe sub apă în lumina soarelui: toate aceste lucruri treceau neobservate de Jen până atunci. Datorită tatălui ei, Jen a învățat să trăiască având „antenele“ veșnic întinse, privind tot timpul atent tot ce o înconjoară, pentru a

remarca ceva ce până mai ieri nu observase că există.

Când este mic, în perioada primei copilării, copilului i se poate induce foarte uşor spiritul antreprenorial al explorării cognitive. Acest lucru se datorează faptului că, la aceste vârste, copiii încep să facă tot mai multe alegeri în ceea ce priveşte modul în care abordează lumea din imediata apropiere. Devin din ce în ce mai receptivi la sugestiile pe care le primesc din partea părinţilor şi a altor adulţi despre felul în care să se apropie de mediul în care trăiesc, pentru a-l cunoaşte. Oare adulţii consideră lumea un loc propice pentru explorare, manevrare şi descoperire? Elementele înconjurătoare locale (casa, şcoala, natura) reprezintă oare pentru ei locuri incitante care te îndeamnă să explorezi? Mediul lor psihologic este oare unul care întăreşte această perspectivă şi îi încurajează să accepte şi să înţeleagă lumea din jur într-un mod nou şi incitant?

Kate Wells este director general al Children's Museum of Phoenix (CPM — Muzeul copiilor din Phoenix), inclus de revista Parents în topul primelor zece muzee pentru copii din SUA. Wells este şi antreprenor în acest domeniu şi se ocupă în mod special de acţiunile care vizează strângerea de fonduri. Activitatea ei la muzeu a început când acesta era în fază de proiect; Wells a jucat un rol esenţial în strângerea unei sume de 12,3 milioane de dolari (în cadrul unei campanii intitulate „Childhood Dreams Built By You" — „Visele copilăriei împlinite de voi") care a permis ducerea la bun sfârşit a proiectului. Când a fost rugată să explice de ce şi-a consacrat energia organizării unei campanii de asemenea proporţii, Wells a vorbit despre experienţa ei ca părinte[27]: „Fiica mea, Phoebe, se uita într-o zi pe fereastră şi a spus: «Acela este muzeul pe care mama l-a construit pentru mine»… Acesta este motivul pentru care am făcut-o… Am vrut să creez lumea în care să crească copiii mei".

Ce principii au stat la baza construirii acestei lumi? Ideea de bază a fost „să cultivăm, să dezvoltăm bucuria de a învăţa".[28] Pentru copiii mici (1–3 ani) sunt extrem de importante activităţile în care pot atinge şi manevra obiecte. Merită să faceţi un tur virtual al Children's Museum of Phoenix, unde Kate Wells este acum director general. Un copil care va păşi pentru prima oară în muzeu va vedea o structură imensă, cu o înălţime de 11 metri, „Schuff-Perini Climber". Structura susţine o serie de accesorii, printre care o cadă de baie, o barcă, o rachetă şi o pasarelă. Copiii sunt invitaţi să exploreze această structură urcând trepte, escaladând pasarela înclinată şi strecurându-se prin tunele de lemn. Când ajung în vârf, copiii au ocazia să-şi delecteze ochii cu o imagine de ansamblu a muzeului.

Acesta este doar începutul. În continuarea vizitei, copiii vor întâlni tot felul de exponate care au fost „…create cu multă minuţiozitate pentru a fi unice, pentru a stârni curiozitatea şi pentru a ocupa mintea, muşchii şi imaginaţia vizitatorilor noştri“. Există şi un atelier de artă care adăposteşte o serie de materiale de creaţie potrivite tuturor vârstelor (inclusiv mult lipici) care „antrenează“ toate abilităţile motorii fine atât de importante pentru dezvoltarea copilului. Secţiunea Building Big (A construi la scară mare) oferă materiale de construcţie care pot fi folosite pentru a construi forturi şi grote; tot acolo există o scară care duce spre o stinghie pe care copiii se pot cocoţa deasupra podelei. Pentru exersarea abilităţilor motorii grosiere vizitaţi Ian's Corner (Colţul lui Ian), unde se află tot felul de „maşini“, cu forme ciudate (una este în formă de murătură), pe care copiii le pot conduce singuri. Iar în secţiunea Market (Piaţă), care ocupă un spaţiu mare, se află o cafenea, un aprozar şi o bucătărie de joacă. Copiii au acolo la dispoziţie atât alimente adevărate pe care le pot manevra (pot cântări, de pildă, fasole), cât şi multe materiale de joacă precum pâslă şi tot felul de ţesături ce pot fi folosite pentru a „prepara“ delicatese precum „pizza“, care pot fi coapte în „cuptoare“ de jucărie. Copiii îşi pot exersa aici toate aptitudinile — le sunt încurajate abilităţile motorii fine şi grosiere, au ocazia să manevreze obiecte pentru a face descoperiri şi nu sunt obligaţi să respecte niciun fel de reguli.

Vorbind despre facilităţile pe care le oferă Muzeul copiilor, Wells spune că „sunt demne de toată lauda, dacă ţinem cont de condiţiile specifice copilăriei în zilele noastre.“ „Copiii nu au îndeajuns de des ocazia să exploreze fără să intervină cineva în joaca lor sau fără să fie întrerupţi“, adaugă ea. „Petrec prea mult timp în mediul care le este impus, unde li se spune ce şi cum să facă. Trebuie să încercăm să corectăm această tendinţă nefericită, să le oferim ocazia să dea frâu liber instinctelor, în timp ce explorează din punct de vedere fizic lumea din jur. Ei fac asta în mod natural şi, din păcate, părinţii sau educatorii îi împiedică tot mai des să-şi cunoască teritoriul.“ Wells nu este singura care a înţeles nevoia de a li se permite copiilor să înveţe prin experienţa practică. În februarie 2014, pe site-ul de ştiri „Digital Universe“ al Brigham Young University, creat de studenţi, a apărut povestea[29] unuia dintre absolvenţii săi renumiţi, Tom Dickson, fondator al companiei de succes Blendtec. Dickson a devenit ştire de senzaţie pentru că a oferit suma de 2 milioane de dolari pentru construirea Museum of Natural Curiosity (Muzeul Curiozităţii Naturale) la Thanksgiving Point în Lehi, Utah. Muzeul va găzdui peste 150 de expoziţii practice, toate menite să încurajeze forma liberă de explorare şi experimentare, punându-se accentul pe manevrarea fizică. Ce anume l-a determinat pe Dickson să contribuie cu această sumă substanţială? Potrivit „Digital Universe“, raţionamentul său a fost

următorul: „Problema în societatea noastră este că nu le oferim copiilor îndeajuns de multe locuri unde să-şi dezvolte aptitudinile şi unde să poată dobândi o şi mai puternică dorinţă de a învăţa şi de a-şi exprima creativitatea“.

CREAŢI UN MUZEU AL COPIILOR ACASĂ

Deşi este foarte bine să plecaţi deseori cu copiii să vizitaţi un muzeu al copiilor, Kate Wells vă sugerează să le oferiţi copiilor ocazia de a explora acasă, împrumutând câteva elemente specifice de la un muzeu al copiilor, care sunt uşor de pus în practică. Un exemplu lesne de preluat este secţiunea Market de la CMP, unde copiii sunt încurajaţi să folosească materiale simple pentru a „prepara“ mâncăruri ce trebuie să fie „coapte la cuptor“. Wells spune că nu trebuie să cumpăraţi „mâncare de joacă“ pentru copii (deşi şi aceasta este bună); la muzeu se folosesc intenţionat materiale comune pe care le puteţi avea şi acasă. Tăiaţi materialele pentru a obţine texturi şi culori diferite. Încurajaţi copilul să identifice în funcţie de culoare „şunca“ şi „salata“. Rugaţi-i să vă facă o „salată“ şi să vă prepare „o pizza“. Faceţi dintr-o cutie goală un „cuptor“, să aibă în ce coace pizza. Iată câteva modalităţi ieftine de a folosi materiale pe care le aveţi la îndemână în casă pentru a stimula un copil. De fapt, părerea noastră este următoarea: cu cât materialele sunt mai „imaginare“ cu atât mai bine; copiii vor fi încurajaţi să gândească mai abstract, în timp ce analizează modul în care aceste elemente banale pot fi transformate.

Dacă nu credeţi că materialele obişnuite pe care le aveţi în casă vă vor stimula copilul la acest tip de joacă, duceţi-l la un muzeu al copiilor (sunt multe astfel de muzee reuşite în toată ţara)[30] şi observaţi cât de firesc profită de această ocazie. Cât timp sunteţi acolo, vizitaţi tot muzeul şi observaţi îndeaproape cum reacţionează copilul. Aşa cum ne spunea Wells, este un lucru neobişnuit să vezi un copil care să nu fie captivat de unul dintre numeroasele tipuri de activităţi. Acolo, nu veţi vedea copiii alergând şi agitându-se fără rost de colo-colo şi nici nu-i veţi auzi plângându-se că s-au plictisit. În mai toate spaţiile special amenajate ale muzeului, veţi observa copiii dându-şi frâu liber şi explorând. Un astfel de muzeu le oferă copiilor „distracţia“ de bună calitate de care creierul lor are nevoie.

Firește că există anumite limite când e vorba să vă transformați casa într-un muzeu al copiilor. Nu toate obiectele din casă — sau din casele altora — pot deveni materiale de joacă. Uneori, trebuie să-i spuneți copilului „nu“ și să țineți în frâu entuziasmul lui de a explora. Există însă modalități de a face acest lucru fără a-l împiedica să descopere lucruri noi. Dacă lăsați copilul să alerge ca un sălbatic tot timpul și oriunde, nu-l ajutați să facă noi descoperiri. Ca să descopere lucruri noi, copilul trebuie să știe unde și când poate face acest lucru și apoi să aibă motivația s-o facă (și, de ce nu, „permisiunea“ s-o facă). Wells spune lucrurilor pe nume: „Scopul este să încurajăm descoperirea de lucruri noi, învățându-i pe copii când, unde și cum să exploreze. Aceasta este o abilitate de viață care ne ajută să găsim ocaziile propice pentru a explora și manevra în mod direct. Este important să știm cum să găsim ocaziile favorabile și ce să facem cu ele când se ivesc“. Nici măcar în muzeul copiilor nu este totul la discreție (în magazinul de cadouri de exemplu). Lumea, chiar și aceea destinată copiilor, are niște limite ce trebuie respectate.

Este complicat, e o problemă delicată să creezi un echilibru între explorare și limite. O abordare reușită, care li se sugerează frecvent părinților în seminariile de parenting și intervenții, este arta redirecționării, prin care sugerați înlocuirea unui comportament inacceptabil cu altul, acceptabil. Redirecționarea înlocuiește acel „nu, nu, nu“ care pare că nu se mai sfârșește cu introducerea unei idei, sugestii, care să permită un răspuns afirmativ. Prin această abordare îi spunem copilului ce să facă, nu doar ce să nu facă. De pildă, îi spunem să nu mai lovească măsuța de sticlă, dar îl putem redirecționa spre zona de joacă, unde poate lovi o cutie de lemn. Îi spunem copilului că nu trebuie să vină în fugă spre cuptor tocmai când scoatem un pui fierbinte, din care ies aburi; dacă ne prefacem că scoatem un pui din cuptor, răspunsul este afirmativ. Redirecționarea transformă „nu-urile“ în „da-uri“ într-un mod proactiv, care îl ferește pe copil de pericol și îl învață care sunt limitele fără să-i afecteze spiritul explorator. Prea multe „nu-uri“ îl descurajează pe copil, îi inhibă abilitatea de a explora. Prea multe „da-uri“ nu-l ajută însă să învețe că trebuie să caute ocaziile potrivite. Ca să reușiți să mențineți echilibrul, Wells vă sugerează să vă imaginați că sunteți un „specialist în joacă“[31].

În această postură, voi, părinții, sunteți cei care stabilesc zonele pentru joacă și limitele ce nu trebuie depășite. Încurajându-i și înlesnindu-le copiilor să exploreze în zonele pentru joacă (atât practic, cât și psihologic), veți promova stabilirea unor limite în mod firesc, fără să le reduceți la tăcere instinctul pe care vreți să-l cultivați. De pildă, puteți stabili că unul dintre sertarele din bucătărie

este un „sertar pentru explorare“, în care se află materiale pentru joacă, la care copilul are acces. Acest lucru le va permite copiilor să înțeleagă ce este pentru joacă și care sunt limitele de care trebuie să țină cont. Pentru a-i încuraja să gătească în joacă, „amenajați-le“ un cuptor de joacă și rezervați-le un colț al încăperii (nu prea aproape de aragazul adevărat) unde să se poată juca în siguranță, un spațiu unde să-și poată depozita „ingredientele“. Amenajați un „garaj“ de joacă, unde se pot face „reparații“ sau unde pot veni „mașinile“ la service. Dați frâu liber imaginației, dar țineți cont și de înclinațiile copilului.

Pe măsură ce copiii cresc, puteți încuraja cât mai multe modalități de explorare cu obiecte și materiale adevărate. Wells relatează că experiențele ei personale din perioada copilăriei au modelat viziunea care a stat la baza creării și funcționării CMP, în special „libertatea“ de care s-a bucurat în copilărie — libertatea de a explora, de a experimenta, de a alege. Experiențele ei formative nu au presupus materiale speciale sau investiții mari în tehnologie avansată. Cel mai adesea, participa la activități în care erau implicați și părinții ei. Își amintește, de pildă, că, atunci când mergea cu părinții la cumpărături, avea ocazia să vadă nenumărate produse alimentare, pe unele le gusta, iar pe altele doar le lua în mână, să le vadă mai bine și să simtă ce textură au. Iată o altă idee pe care părinții o pot prelua de la Wells, folosită de astă dată când copiii ei erau mici (și care îi amuza pe toți). Mergeți împreună cu copiii la un supermarket și puneți-i să aleagă cele mai ciudate fructe. Vor avea astfel parte de o varietate de experiențe senzoriale: vizuale și tactile. Când ajungeți acasă, implicați-i (cât mai mult posibil) în pregătirea fructului pentru consum. De pildă, dacă trebuie să fie curățat de coajă, lăsați-i să privească și să atingă. Dacă fructul trebuie tăiat, lăsați-i să vadă cum arată înăuntru. Apoi, vor putea gusta, firește, ceea ce au ales.

Îl puteți implica, în mod adecvat, pe copil în activitățile voastre. Deși nu există niște „reguli“ fixe în acest caz — e limpede că, dacă sunteți interesat de ceva anume, și copilul va fi interesat de acest lucru — trebuie să ținem cont de anumite considerente pentru ca experiența să se desfășoare în condiții optime. Chiar dacă cel mai adesea când mergeți la cumpărături sunteți în criză de timp și nu vă prea arde de experiențe educative, încercați să faceți acest lucru și fără să fiți presați de timp, pentru a avea răgazul să-i lăsați pe copii să privească în voie legumele, fructele, obiectele din jur. Nu le repartizați copiilor sarcini importante; este mai bine să îi puneți să facă lucruri care nu presupun prea multă responsabilitate. Rețineți, principiul este să găsiți modalitățile potrivite pentru ca ei să-și facă o idee despre ceea ce faceți, să se murdărească puțin pe mâini, și să expuneți mintea lor în dezvoltare la plăcerea de a explora diverse căi de a se

implica în activitatea celor mari. Așadar, dacă vă grăbiți, nu e momentul potrivit să-i cereți unui copil de trei ani să caute la raionul cu mere soiul de care aveți nevoie pentru o anumită rețetă. Lăsați-o pe altă dată, când veți fi mai relaxat și veți avea destul timp să-l lăsați pe copil să privească în voie merele și să se întrebe de ce există atâtea soiuri.

„NU-ȚI BATE JOC DE CEEA CE-MI PLACE“

Am vorbit până acum despre experiențele care îi ajută pe copii să dobândească o bază cognitivă pentru a explora și a descoperi în prima copilărie. Un alt beneficiu pentru copiii care îmbrățișează ideea de a încerca lucruri și experiențe noi — care sunt „deschiși la experiențe“ — este acela că vor învăța să descopere ce le place și ce nu le place. Acesta este un lucru extrem de important, mai ales dacă îl descoperi când ești mic. Începi să-ți dai seama că preferi anumite lucruri în defavoarea altora, iar experiența te învață ce vrei să aprofundezi.

Fiți foarte atenți! În acest caz, părinții au ocazia să își îndrume copiii și să nuanțeze lucrurile, să încurajeze astfel deschiderea copilului spre experiențe. „Îmi place“ și „nu-mi place“ trebuie luate ca atare, ca preferințe personale, iar nu ca niște concluzii categorice. Copiii trebuie să învețe să respecte alegerile altora, alegeri făcute în urma propriilor explorări și descoperiri. Trebuie să învețe că lumea oferă ocazii pentru tot felul de descoperiri și e bine să le aprecieze pe toate. Dacă nu evidențiem caracterul personal al unei preferințe, copiii pot avea tendința de a deveni încăpățânați, intoleranți, de a nega esența cognitivă a explorării. Kate Wells, director general al Children’s Museum of Phoenix, explică astfel această situație: „În familia noastră obișnuim să spunem: «Nu-ți bate joc de ce-mi place!» Altfel spus, dacă mie îmi place ceva și ție nu, respectă-mi alegerea. La fel, îți respect și eu alegerea“.

Ca părinte, aveți la dispoziție multe mijloace prin care puteți încuraja toleranța. Iată câteva idei. Când este vorba de preferințele alimentare, acceptați ceea ce îi place și ceea ce nu îi place copilului, dar spuneți-i că altor persoane le-ar putea plăcea ceea ce lor nu le place. Încurajați-l pe copil să guste din când în când alimente sau mâncăruri care nu-i plac în mod deosebit. Chiar dacă rămâne la concluzia că nu-i plac, îi insuflați ideea că e bine să exploreze în continuare și să

fie deschis la ideile contrare și îi sugerați că, la un moment dat, s-ar putea răzgândi. Același principiu se aplică și în alte domenii. Arătați-vă încântați, entuziasmați de noile pasiuni ale copilului (de pildă, se joacă cu mașinile, cu camioanele; desenează; merge cu bicicleta), dar sugerați-i că și alte activități de care nu pare interesat sunt la fel de plăcute. Ba mai mult, încurajați copilul să încerce iar și iar activitățile care nu-i sunt pe plac. De pildă, dacă nu e încântat să se dea pe tobogan și preferă mai puțină activitate fizică, duceți-l totuși la locul de joacă și încurajați-l să se gândească măcar să încerce cândva.

Deschiderea spre experiențe noi oferă recompense inerente care persistă în fiecare etapă a vieții noastre. Deschiderea este calitatea care îi îndeamnă pe copii să-și exploateze potențialul la maximum. Copiii sunt „înzestrați“ să descopere, și stă în puterea noastră, a părinților, să-i ajutăm să exploreze lumea cu energie și entuziasm. Câteva cuvinte sau gesturi potrivite pot însemna foarte mult.

„AVANTAJUL“ ACUMULĂRII DE CUNOȘTINȚE TEORETICE

Până acum, nu v-a fost greu probabil să fiți de acord că aceste momente vitale, de fiecare zi — să-i vorbiți sugarului, să-l încurajați să se întindă după jucării, să le oferiți copiilor mici ocazia să se joace cum vor, să creați acasă spații pentru copil să se joace cu materiale simple — sunt căi bune de creștere a unui copil. Poate că nu veți fi neapărat de acord cu ideea că tehnologia, în primii ani de viață, nu este considerată o modalitate extrem de importantă, fundamentală pentru dezvoltarea creierului (vă reamintim că nu avem încă rezultate concludente, bazate pe cercetare, în acest domeniu), dar bănuim că este dificil să vă opuneți ideii că sugarii și copiii mici sunt pregătiți să exploreze și că părinții pot educa acest instinct.

Adevărata provocare pentru un părinte apare atunci când copiii cresc. Ne-am referit în treacăt la unele dintre constrângerile din lumea modernă a parenting-ului, în special la cele care intervin când copiii încep școala. Am abordat problema unor tendințe îngrijorătoare, precum reducerea duratei recreațiilor la grădiniță și la școală, care reflectă o percepție greșită asupra lucrurilor, potrivit căreia trebuie să punem în mai mare măsură accentul pe pregătirea teoretică. De

ce unii sugari şi copii mici nu au destule ocazii să-şi dezvolte abilitatea de a explora şi descoperi la creşă, acasă şi la grădiniţă, de vreme ce cercetătorii în domeniul dezvoltării copilului, pediatrii şi educatorii susţin de atâta vreme importanţa explorării şi a descoperirilor practice? De ce este dată uitării obligaţia de a încuraja componentele fizice şi cognitive ale explorării şi descoperirii, când ne lăsăm copiii în grija unor persoane cu pregătire de specialitate?

Am putea spune că este vorba de impulsul pe care-l avem de a ne asigura că, încă de la vârste foarte mici, copiii noştri sunt cât mai competitivi posibil. Şi este lesne de înţeles de ce părinţii simt această nevoie. La multe grădiniţe există liste de aşteptare. Prin tragere la sorţi se poate stabili la ce şcoală va merge un copil. Nu este deloc neobişnuit să se vorbească despre pregătirile pentru facultate încă de la grădiniţă (amintiţi-vă că am vorbit despre şcoli unde s-a renunţat la curte, pentru a se garanta timpul şi efortul maxim necesare pregătirii teoretice). Părinţii sunt şi ei afectaţi de climatul în care trăiesc copiii lor, testaţi şi evaluaţi în permanenţă, de la cele mai mici vârste, şi de aceea este firesc ca ei să vrea să facă tot posibilul pentru a-şi ajuta copilul să obţină un „avantaj“ cât mai devreme posibil. Şi şcolile şi profesorii sunt afectaţi — căci trebuie, într-o oarecare măsură, să satisfacă cerinţele părinţilor.

Această preocupare colectivă care vizează crearea premiselor pentru reuşita la învăţătură încă din primii ani de viaţă stârneşte o asemenea agitaţie, încât atât părinţii, cât şi educatorii ajung să se abată de la tot ceea ce ştim şi am învăţat despre copilărie după decenii de cercetări. În revista Pediatrics a apărut un studiu la care au participat nouă grupuri alcătuite din profesori şi furnizori de servicii de îngrijire a copilului[32]. Participanţii au oferit diferite percepţii cu privire la „factorii favorabili şi la cei care se opun“ timpului pentru joacă al copiilor. Cercetătorii au constatat că părinţii sunt tot mai preocupaţi de ceea ce „învaţă“ copiii lor şi se tem că, dacă se joacă prea mult, copiii vor progresa mai încet la învăţătură. Cei mai mulţi dintre părinţii participanţi la studiu nu erau interesaţi de dezvoltarea motorie grosieră şi fină; prin urmare, profesorii şi furnizorii de servicii de îngrijire a copilului s-au considerat obligaţi să pună accentul pe educaţia teoretică tradiţională şi au micşorat timpul rezervat pentru joacă. Iată la ce concluzie au ajuns autorii studiului: „Recunoscând că principala preocupare a părinţilor este ca odraslele lor să fie cât mai repede apte să înceapă şcoala, pediatrii ar trebui, poate, să le vorbească părinţilor despre nenumăratele beneficii pentru învăţare pe care le are joaca în aer liber (o mai bună concentrare, căpătarea unor cunoştinţe despre ştiinţe, o mai bună abilitate de negociere cu semenii) şi să îi asigure că timpul petrecut în mod activ nu are de ce să afecteze

timpul rezervat «activităţilor şcolare», «învăţării».“

Am putea crede că, renunţând la recreaţie, grădiniţele le oferă copiilor mici un „avantaj“ pentru a dobândi mai repede cunoştinţe de matematică şi fluenţă lingvistică. Adevărul este însă că preşcolarii trebuie să se joace. Ei trebuie să se cațere până în vârful unui „jungle gym“[33], să-şi urmărească prietenii alergând în jurul terenului de fotbal. Trebuie să picteze cu acuarele şi să construiască turnuri înalte din cuburi. Trebuie să-şi exploreze lumea. Dacă nu reuşim să le asigurăm condiţiile necesare pentru a-şi satisface această nevoie, ne vom trezi cu casa plină de copii agitaţi, care par incapabili să fie atenţi, deşi, în realitate, nu li se ocupă timpul cu ce trebuie. Unii specialişti sunt foarte îngrijoraţi din cauză că anumiţi copii mici care, la grădiniţă, fac parte din grupe în care se pune exagerat de mult accentul pe disciplină au fost diagnosticaţi în mod incorect cu ADHD[34].

Ce ironie! În timp ce noi suntem extrem de preocupaţi să transformăm grădiniţele în locuri de muncă, la adevăratele locuri de muncă se îmbrăţişează în tot mai mare măsură ideea de a se rezerva anumite spaţii şi intervale de timp pentru joacă. „Locuri de muncă vesele“ („Playful workplaces“) au început să apară în tot mai multe companii de vârf din lume. În companii precum Lego, Zynga (dezvoltator de jocuri sociale) şi Google există deja anumite spaţii destinate jocului. Multe agenţii de publicitate le oferă angajaţilor posibilitatea să joace ping-pong, fossball (fotbal de masă) şi jocuri video pentru a le stimula creativitatea. Managerii din mediile corporatiste au înţeles că, lăsându-şi angajaţii să se mişte, să gândească şi să interacţioneze în voie cu ceilalţi, aceştia vor avea idei mai multe, mai bune şi o productivitate mai mare.

În cazul copiilor, rezultatele cercetărilor ştiinţifice întreprinse au condus la concluzia că dezvoltarea abilităţii motorii fine prin joc este corelată cu disponibilitatea de a învăţa şi cu reuşita la învăţătură. Unul dintre aceste studii demonstra, de pildă, că simpla acţiune de a învăţa să copieze forme de bază la vârstele de doi şi trei ani[35] prognostica performanţa şcolară la grădiniţă, chiar şi dacă se aveau în vedere o mulţime de factori. Acest lucru este posibil deoarece copiii cu abilităţi motorii fine bune nu trebuie să consume energie cognitivă pentru a ţine în mână instrumentele de scris; ei se pot concentra să înveţe cum să scrie şi să proceseze litere, cuvinte şi cifre.

Asta înţelegem prin „apt pentru şcoală“ — un concept familiar pe care suntem de părere că merită să-l adoptăm. În primii şapte ani de viaţă trebuie să ajutăm copilul să-şi dezvolte — nu să stăpânească — toate abilităţile de care va avea

nevoie în anii pe care îi va petrece la școală. Să luăm, de pildă, cititul. Unul dintre cele mai indicate lucruri pe care le poate face un părinte este să-i citească micuțului său. Scopul în acest caz nu este însă să-i inducem copilului abilități deosebite pentru citit. Dovezile pe care le avem la dispoziție sugerează, de fapt, că micuții vor avea mult mai mult de câștigat de pe urma faptului că li se citește dacă părintele consideră că acest lucru este o joacă. De pildă, copiii mici care sunt încurajați să mimeze ce se petrece într-o poveste pe măsură ce o ascultă au demonstrat că înțeleg mai bine povestea. Concepția tradițională că un copil trebuie „să stea nemișcat“ ca să vă asculte în timp ce îi citiți contrazice ideea că un copil trebuie să-și folosească toate abilitățile pentru a descoperi cum să exploreze o poveste.

PREA MULTE TEME PENTRU ACASĂ

Cercetările în domeniu au evidențiat totodată pericolul pe care îl reprezintă o prea mare încărcătură școlară. În prezent, copiii care merg la grădiniță pot avea teme pentru acasă; un copil din clasa a IV-a, de pildă, poate ajunge să petreacă două ore în fiecare după-amiază făcându-și temele pentru a doua zi. Cercetătorii din domeniul dezvoltării copilului sunt de părere că, în copilărie, trebuie să avem cât mai mult ocazia să explorăm, fizic și cognitiv; prin urmare, temele pentru acasă ne răpesc clipe prețioase.

Într-un raport întocmit de organizația de cercetare Challenge Success[36], din cadrul Stanford Graduate School of Education, se apreciază că părinții trebuie să fie foarte atenți în privința temelor pentru acasă ale copiilor de toate vârstele. Să începem cu elevii din școala elementară. Cercetătorii sugerează că, în esență, în clasele primare, nu există nicio legătură între timpul petrecut cu rezolvarea temelor pentru acasă și rezultatele școlare ale copiilor. Așadar, trebuie să cântărim foarte bine lucrurile și să le îndreptăm, știind că un elev din clasa a IV-a își petrece două ore pe zi făcându-și temele.

Cum stau lucrurile în cazul claselor de gimnaziu? În acest caz, statisticile sugerează că ar exista o legătură între teme și note, dar dacă timpul alocat lecțiilor depășește 60–90 de minute, lucrurile se schimbă. Principiul pentru acest interval de vârstă este: mai puține teme, rezultate școlare mai bune. Același

principiu este valabil și în cazul elevilor de liceu. Mai mult de două ore alocate lecţiilor se soldează cu rezultate şcolare slabe. Când copilul are prea multe teme pentru acasă, este pus în situaţia de a avea anumite activităţi repetitive şi se plictiseşte, este mai puţin atent — prin urmare, dacă mai puţine teme înseamnă rezultate şcolare mai bune, lecţiile ar trebui să fie cu adevărat productive şi nu doar o corvoadă în plus. Oricât de puţin timp petrecut inutil de copil cu lecţiile poate avea un impact negativ asupra somnului, diminuează timpul liber şi posibilitatea acestuia de a-şi alege activităţile. Să ne amintim cât de uimit priveşte un sugar faţa umană. Cum ne putem imagina că activităţile repetitive şi chiar contraproductive ar putea încuraja explorarea cognitivă şi dorinţa de a descoperi idei şi informaţii noi?

Aşadar, ce trebuie să facă un părinte? Părinţii nu pot dicta politica şcolii. Au, în schimb, posibilitatea să se facă auziţi de educatori. Părinţii trebuie să supravegheze activitatea şcolară şi să vadă cât de multe lecţii au de făcut copiii lor şi să aibă discuţii productive cu conducerea şcolii pentru a se asigura că temele pentru acasă nu zădărnicesc adevăratul rost al învăţământului. Părinţii se pot informa asupra cercetătorilor din domeniu şi pot ţine cont de faptul că mulţi oameni care se bucură de un real succes — în special oamenii de afaceri — cred că este foarte important ca un copil să fie încurajat să exploreze şi au grijă să asigure la locul de muncă un mediu de lucru menit să promoveze jocul în sensul cognitiv al cuvântului. Când vă interesaţi de programa grădiniţei pentru citire şi matematică, întrebaţi şi despre ocaziile de a explora, în clasă şi afară. Informaţi-vă, să ştiţi din timp dacă într-o anumită şcoală există intenţia să se reducă durata recreaţiilor şi adresaţi-vă conducerii, pentru a cere să nu se facă acest lucru. Urmăriţi-vă în permanenţă copilul să vedeţi dacă, mergând la şcoală, începe să-i placă să înveţe şi să exploreze lucruri noi. Unii părinţi vor avea de făcut o alegere dificilă — veţi decide, poate, că nu vreţi să vă trimiteţi copilul la o şcoală care pune accentul pe acumularea de cunoştinţe, dar reduce astfel importanţa unor elemente de bază care stau la temelia educaţiei. Părintele se află pe un teren alunecos când vine vorba să aleagă şcoala copilului, dacă avem în vedere încărcătura emoţională a problemei şi presiunea reală pe care o reprezintă dorinţa acestuia de a se asigura că fiul sau fiica lui va avea parte de tot ce e mai bun la intrarea în viaţă. După cum am văzut, cel mai important lucru pentru un părinte este să se asigure că are un copil pregătit să ştie cum să exploreze şi deschis la cât mai multe experienţe. Este la fel de important ca învăţarea materiei şcolare; astfel, copilul va face progrese la şcoală, iar în cele din urmă se va bucura de succes pe plan personal.

[4] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, mai 2014.

[5] GyPSii este un furnizor de aplicații și servicii de geosocial networking pentru iPhone, iPod, iPad, BlackBerry OS, Android și telefoane Java-based, Symbian S60 și S40, Windows Mobile și MID notebooks. Compania are sediul la Amsterdam, Olanda, și sucursale în Asia și Statele Unite. (N.t.)

[6] Participant în cadrul programului Sloan Fellows, similar unui master și destinat dezvoltării abilităților de conducere și lidership. Candidații eligibili sunt manageri cu experiență, care și-au dovedit succesul fie într-o organizație, fie independent, ca antreprenori. (N. red.)

[7] „The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds“: Kenneth R. Ginsburg et al., Pediatrics, 2007, 119: 182–191.

[8] „Recess Shrinks at Seattle Schools; Poor School Face Worst“: Ann Dornfeld, kuow.org/post/recess-shrinks-seattle-schools-poor-schools-fare-worst, 14 mai 2014.

[9] „The Crucial Role of Recess in School“, Council on School Health, Pediatrics, 2013, 131: 183–188.

[10] Iată, de pildă, reacția Dianei Debrovner, redactor-șef adjunct la Parents Magazine, în articolul intitulat „It's Crazy to Worry About College in Kindergarten“: Diane Debrovner, www.parents.com/blogs/parents-perspective/2014/04/28/2014/its-crazy-to-worry-about-college-in-kindergarten/, 28 aprilie 2014.

[11] „The Impact of Pretend Play on Children's Development: A Review of the Evidence“: Angeline S. Lillard et al., Psychological Bulletin, 2013, 1939: 1–34.

[12] „Overscheduled kids, anxious parents“: Josh Levs, www.cnn.com/2013/03/08/living/overscheduled-busy-children/index.htlm, 10 martie 2013.

[13] „Why Everyone Will Have to Become an Entrepreneur (Infographic)“:

Catherine Clifford, www.entrepreneur.com/article/228176#ixzz2e JFMvuhl, 3 septembrie 2013.

[14] „Children's Risky Play From an Evolutionary Perspective: The Anti-Phobic Effects of Thrilling Experiences": Ellen Beate Hansen Sandseter și Leif Ottesen Kennair, Evolutionary Psychology, 2011, 9: 257–284.

[15] „Openess/Intellect: A Dimension od Personality Reflecting Cognitive Exploration": Colin G. DeYoung, în M.L. Cooper și R.J. Parsen (editori), APA Handbook of Personality and Social Psychology: Personality Pocesses and Individual Differences (vol. 4).

[16] „The Big Five Personality Dimensions and Entrepreneurial Status: A Meta-Analytic Review": Hao Zao și Scott E. Seibert, Journal of Applied Psychology, 2006, 91: 25–71.

[17] De pildă, într-un studiu recent în care au fost incluși circa 10 000 de gemeni și frați se apreciază că deschiderea spre experiență se moștenește în proporție de 54%... „The Five-Factor Model Of Personality and Borderline Personality Disorder: A Genetic Analysis of Comorbidity": Marijn A. Distel et al., Biological Psychiatry, 2009, 66: 1131–1138.

[18] Denumirea vine de la o poveste pentru copii, Bucle Aurii. O fetiță, Bucle Aurii, se duce să se plimbe în pădure și ajunge la o casă. Intră și spre bucuria ei, pentru că îi era foame, găsește trei vase cu mâncare. Gustă și constată că mâncarea din primul vas era prea fierbinte, cea din al doilea vas era prea rece, iar cea din al treilea tocmai bună, așa că o mănâncă pe toată. Vrea să se așeze apoi să se odihnească pe unul dintre cele trei fotolii. Primul era prea tare, al doilea prea moale, iar al treilea tocmai bun, așa că se așază pe el, dar îl rupe. În timp ce umblă prin casă, vede trei paturi: primul este prea lung, al doilea prea lat, iar al treilea tocmai bun, așa că se culcă în el și adoarme. Între timp, proprietarii casei, trei urși, mama, tata și copilul, se întorc acasă și constată că cineva a umblat prin lucrurile lor. Bucle Aurii se trezește și se sperie când îi vede pe urși; sare din pat și fuge în pădure cât de repede poate. (N.t.)

[19] „The Goldilocks Effect: Human Infants Allocate Attention to Visual Sequences that are Neither Too Simple Nor Too Complex": Celeste Kidd et al., PLoS ONE, 2012, 7: e36399 doi: 10.1371/journal.pone.0036399.

[20] „Imitation of Tongue Protrusion in Human Neonates: Specificity of the

Response in a Large Sample“: Emese Nagy et al., Developmental Psychology, 2013, 49: 1628–1638.

[21] „Infants Display Selective Attention to the Mouth of a Talking Face When Learning Speech“: David J. Lewkowicz și Amy M. Hansen-Tift, Proceedings of the National Academy of Science, 2012, 109: 1431–1436.

[22] „Zero to Eight: Children’s Media Use in America 2013“: A Common Sense Media Research Sudy, toamna 2013.

[23] „New Data Reveal How Dominant Screen Time is in Kids’ Lives“: Richard Rende, www.parents.com/blogs/red-hot-parenting/2013/10/30/health/new-data-reveal-how-dominant-screen-time-is-in-kids-lives/, 30 octombrie 2013.

[24] „Children, Adolescents, and the Media“: Council on Communication and Media, Pediatrics, 2013, 132: 958–962.

[25] „Enhanced handling and positioning in early infancy advances development through the first year“: Michele A. Lobo și James C. Galloway, Child Development, 2012, 83: 1290–1302.

[26] „Systems in Development: Motor Skill Acquisition Facilitates Three-Dimensional Object Completion“: Kasey C. Soska et al., Development Psychology, 2010, 46: 129–138.

[27] Schimb de e-mailuri, interviu prin telefon și față în față cu autorul, decembrie 2013.

[28] childrensmuseumofphoenix.org.

[29] „New Museum Expected to Combat Dwindling Creativity“: Adam Mears, The Digital Universe, 19 februarie 2014.

[30] S.U.A. (N. red.)

[31] Playologist în limba engleză, în original. (N. red.)

[32] „Societal Values and Policies May Curtail Preschool Children’s Physical Activity in Child Care Centers“: Kristen A. Copeland et al., Pediatrics, 2012, 129: 1–10.

[33] Locurile de joacă „jungle gym“ sunt prevăzute cu căsuțe și diverse alte dispozitive realizate din lemn, care sunt sigure pentru cei mici. „Jungle gym“ permit practicarea mai multor activități, fiind dotate cu dispozitive pentru cățărat, leagăn, balansoar și tobogan, toate îmbinate într-un singur corp. Astfel copiii își pot dezvolta musculatura, își pot îmbunătăți postura corpului și de asemenea își pot dezvolta latura socială, interacționând cu alți copii.

[34] „Expand Pre-K, Not A.D.H.D“: Stephen P. Hinshaw și Richard M. Scheffler, The Opinion Pages, The New York Times, 23 februarie 2014.

[35] „Fine Motor Skills and Executive Function Both Contribute to Kindergarten Achievement“: Claire E. Cameron et al., Child Development, 2012, 83: 1229–1244.

[36] „Changing the Conversation About Homework from Quantity and Achievement to Quality and Engagement“: Challenge Success, www.Challengesuccess.org/Portals/0/Docs/ChallengeSuccess-Homework-WhitePaper.pdf, 2012.

2

Educaţi să fie creativi

În 2012, emisiunea Marketplace a comandat un studiu[37] la care au participat peste 700 de angajatori, scopul fiind acela de a afla ce aptitudini sau talente caută aceştia la absolvenţii de facultate. Rezultatele au fost alarmante. Angajatorii au declarat că îi îngrijorează faptul că absolvenţilor le lipsesc aptitudinile considerate esenţiale la locul de muncă, precum „abilitatea de a rezolva probleme complexe“. Problema nu era că generaţiile recente de absolvenţi nu au o educaţie corespunzătoare şi nu sunt competenţi, ci mai degrabă faptul că bagajul lor de cunoştinţe nu este ceea ce le trebuie în „lumea reală“. Respondenţii au afirmat că este mult mai important ca un absolvent să demonstreze că are capacitatea de a înţelege o cantitate mare de informaţii, uneori disparate, şi să poată fi capabili să abordeze problemele complicate în modalităţi noi, mai bune.

Dr. Tony Wagner, expert rezident la Harvard University’s Innovation Lab[38] şi autor al importantei cărţi Creating Innovators: The Making of Young People Who Will Change the World, a comentat rezultatele acestui studiu într-un interviu pe care a avut bunăvoinţa să ni-l acorde. El a apreciat că aptitudinile fundamentale care vor asigura succesul tineretului „nu se vor mai axa exclusiv pe cunoştinţele dobândite, ci pe aplicarea acestor cunoştinţe în practică“. Acel tip de cunoaştere dobândit prin stăpânirea unor informaţii şi competenţa evidenţiată la teste nu mai este echivalent cu un talent deosebit. Cunoaşterea este acum la îndemâna oricui, poate fi accesată printr-un simplu clic. Abilitatea esenţială de care copiii vor avea nevoie în viitor, afirmă dr. Wagner, este abilitatea de a inova. În prezent, când piaţa muncii este mai competitivă şi mai complexă ca niciodată, angajaţii se confruntă cu probleme mai dificile şi mai presante la locul de muncă. Succesul în carieră nu va mai fi obţinut „doar având un bagaj mare de cunoştinţe, ci folosind aceste cunoştinţe pentru a rezolva probleme“.

Inovația nu este doar un atribut al antreprenorilor care vor crea tehnologii, afaceri sau practici noi. Wagner consideră că toți trebuie să devenim niște înnoitori și că acest lucru este valabil indiferent de domeniul nostru de activitate. Tinerii care se vor remarca pe piața muncii vor fi cei ale căror aptitudini le vor permite să aibă o gândire inovatoare, nu cei care au avut rezultate școlare impresionante. Wagner citează exemplul companiei Google, a cărei politică în domeniul angajărilor s-a schimbat recent, fiind preferați candidații capabili să găsească soluții unor probleme practice. Într-un interviu acordat lui Thomas L. Friedman, de la New York Times, Laszlo Bock[39], vicepreședinte senior pentru resurse umane în cadrul companiei Google, a declarat că, în prezent, compania caută candidați care au „… abilitatea de a învăța. Aceasta este abilitatea de a prelucra rapid informațiile. Este abilitatea de a înțelege informații disparate". Google este o companie de viitor, care vrea să angajeze persoane cu abilități antreprenoriale. Angajații săi nu doar explorează lumea în schimbare în care trăiesc, ci o și creează. Știm că în multe domenii de activitate este nevoie de „informație", gândiți-vă însă cât de rapid se schimbă această informație. Când mergeți la doctor, vreți să aveți garanția că acel medic este la curent cu toate descoperirile recente și implicațiile acestora asupra practicii clinice, dar și că are capacitatea de a vă trata corect în pofida confuziei care domnește în arta imprecisă a diagnosticului diferențial.

Am putea spune, fără să greșim, că actualul climat educațional nu încurajează stilul antreprenorial al gândirii inovatoare. Eforturile stăruitoare de a standardiza studiul și evaluarea — de unde rezultă obiceiul „învățării pentru test" — îi îndepărtează pe copii de afinitatea lor naturală de a inova. Faptul că se pune accentul non-stop pe însușirea unor informații și nu pe gândirea divergentă („outside the box"[40]) poate conduce la obținerea unor note mari și rezultate bune la teste, dar nu dezvoltă tipul de dexteritate cognitivă despre care vorbește Wagner. Iar Wagner nu este singurul. Po Bronson și Ashley Merryman, autori ai remarcabilei lucrări Nurtureshock: New Thinking About Children[41], au scris un articol intitulat The Creativity Crisis (Criza creativității), în care vorbesc despre cele mai recente dovezi care demonstrează că actuala generație de tineri are rezultate mai slabe decât generațiile anterioare în ceea ce privește creativitatea — iar această tendință, spun ei, a înregistrat o creștere începând din 1990. În cadrul uneia dintre conferințele TED[42], intitulată „How School Kill Creativity" („Cum omoară școala creativitatea"), Sir Kenneth Robinson[43] a afirmat că toți copiii au abilități creative, dar sistemul nostru educațional nu le cultivă, ba chiar descurajează creativitatea și gândirea inovatoare. În trecut, școlile noastre puneau accentul pe faptul că există „un singur răspuns corect" sau un singur mod

de a face ceva. Această practică subminează în mod direct unul dintre aspectele esenţiale ale inovaţiei: de a îmbrăţişa multiple abordări pentru rezolvarea unei probleme.

Să ne imaginăm cu ce se confruntă cei mai mici elevi în prezent. Gândiţi-vă cât de aspru pot fi criticaţi la grădiniţă, deşi fac un lucru extrem de banal, colorează, de pildă. Li se poate spune „să nu depăşească linia“ şi că nu există câini albaştri, cer verde sau iarbă portocalie. Aceleaşi restricţii pot interveni şi în primele clase la şcoala elementară. Li se poate spune, de pildă, că o anumită problemă de matematică are o singură rezolvare — doar una — şi există un singur mod de a o găsi. Dacă un copil are altă părere sau pune la îndoială „un adevăr“ ştiinţific, i se spune că nu are dreptate şi i se scade nota. Mesajul transmis în astfel de situaţii este că orice încercare de a inova — de a gândi ceva nou sau original — este considerată, în esenţă, un eşec.

Deşi nu urmărim să demonstrăm că nu este util să învăţăm anumite „date“, realitatea este că, obligându-i pe copii să se concentreze pe asimilarea şi stăpânirea unor informaţii, le subminăm abilităţile înnăscute de a inova, ceea ce îi împiedică să-şi dezvolte bagajul de aptitudini. Nu poţi inova dacă eşti descurajat să contrazici adevărurile ştiute şi acceptate şi dacă ţi se insuflă ideea că trebuie să fii atent să nu „greşeşti“. Lui Richard, în activitatea sa de cercetător, i-a plăcut întotdeauna să spună „eroarea statistică a unei persoane este teza de doctorat a altei persoane“.

Altfel spus, cercetătorul, asemenea oricărui alt inovator, trebuie să înceapă prin a nega ceea ce noi credem că ştim, să accepte ceea ce este neclar şi necunoscut şi să meargă înainte, fără să se teamă să testeze idei noi care nu se vor dovedi corecte. Copiii sunt foarte bine înzestraţi — cognitiv şi emoţional — să facă astfel de lucruri, iar părinţii şi educatorii pot valorifica acest lucru oferindu-le mai multe ocazii de a-şi cultiva creativitatea.

INOVAŢIA LA LOCUL DE MUNCĂ

Când vorbim despre creativitate, suntem tentaţi să ne concentrăm atenţia asupra artelor, şi poate a ştiinţelor. Ne gândim la nişte realizări excepţionale. Ale unor

vizionari. Deschizători de drumuri sau nonconformişti al căror succes atinge un nivel pe care cei mai mulţi dintre noi nu-l cunosc niciodată întreaga viaţă. Ne gândim la persoane precum Picasso şi Einstein, Beethoven şi Beatles. Inovaţia, în schimb, este mai accesibilă şi chiar mai relevantă de obicei. Dacă e să-i citǎm pe Ted Robinson şi Tony Wagner, gândirea inovatoare — abilitatea de a găsi soluţii şi abordări noi pentru problemele existente — poate şi ar trebui să caracterizeze experienţele de fiecare zi ale adulţilor şi copiilor deopotrivă. În principiu, cu toţii putem descoperi modalităţi noi de a atrage clienţi, de a rezolva o ecuaţie de algebră sau de a face treburi gospodăreşti. Practic, toţi copiii sunt înzestraţi cu astfel de abilităţi esenţiale „de gândire“, iar acestea pot fi dezvoltate prin încurajări şi educaţie adecvată. Experienţa de viaţă şi studiile întreprinse de gânditori antreprenoriali din diferite domenii pot contribui la înţelegerea modului în care este definită şi încurajată inovaţia la locul de muncă zi de zi.

Firma Elmer’s Products Inc. din Ohio a jucat un rol important în copilăria multor americani. Cei mai mulţi părinţi îşi amintesc că au folosit acasă lipiciul produs la Elmer’s pentru a face tot felul de figurine şi la şcoală la diferite proiecte. Elmer’s rămâne un jucător important pe piaţa adezivilor, iar compania sprijină şi încurajează activităţile care sporesc dezvoltarea inovaţiei în copilărie. Elmer’s cultivă totodată gândirea inovatoare la locul de muncă şi oferă chiar un portal deschis oamenilor din afara companiei pentru a le supune atenţiei idei noi.

Dana Conover este director de cercetare şi inovare de produse la Elmer’s[44]. În cadrul unui interviu pe care ni l-a acordat cu amabilitate, ea reia opinia lui Tony Wagner şi atrage atenţia asupra dificultăţilor cu care se confruntă absolvenţii din ultimii ani şi angajaţii mai tineri: „Vechile paradigme nu mai funcţionează pentru ei. Informaţia este omniprezentă şi oricine poate avea acces relativ uşor la cunoaştere şi informaţie“. Atunci, ce anume poate aprecia o companie ca Elmer’s la angajaţii săi mai tineri? „O gândire critică şi creativă mai presus de orice. Un angajat trebuie să gândească şi să folosească toate resursele şi instrumentele pe care le are la dispoziţie. Trebuie să-şi dezvolte şi să-şi folosească abilitatea de a analiza în cele mai mici detalii toate problemele, şi să aibă în vedere fiecare aspect posibil care poate conduce la rezolvarea unei probleme. Şi trebuie să poată munci în aceste condiţii.“ Conover este foarte convinsă că orice individ poate învăţa aceste abilităţi şi de aceea a pus în practică această idee la locul de muncă pentru a cultiva gândirea inovatoare în rândul tuturor angajaţilor în activitatea de fiecare zi.

Colegul lui Conover, Joe Wetli, director de cercetare şi dezvoltare[45] la Elmer’s,

vine şi el cu o idee, aceea că gândirea inovatoare presupune găsirea „unor modalităţi noi de a analiza problemele. O soluţie este gândirea contextuală — o modalitate de a privi lucrurile în ansamblu pentru a înţelege situaţia ca atare şi a avea în vedere diferitele căi de urmat pentru a găsi o soluţie în loc să se folosească metodele deja ştiute pe care le avem la dispoziţie“. Tot astfel, Jen susţine ideea că la firma ei orice angajat poate exersa „inovaţia cotidiană“. Ea este foarte plăcut surprinsă atunci când cineva sugerează o modificare procedurală sau o nouă modalitate de a face ceva, şi spune: „De ce să procedăm aşa şi nu altfel?“ Aceste mici schimbări creează condiţiile favorabile pentru anumite schimbări majore ce contribuie la găsirea unei soluţii noi pentru un anumit client, identificarea cerinţelor unui client nou sau folosirea unei noi abordări pentru soluţionarea unui proiect dificil.

„Inovaţia cotidiană“ nu se limitează la locul de muncă şi nu este un atribut exclusiv al adulţilor. Ori de câte ori au ocazia, copiii gândesc inovator în mod instinctiv — adică se uită la ceva cu un ochi neexperimentat, îmbină diferite perspective şi remarcă puncte noi care pot fi legate între ele pentru a face ceva mai bine. Acest lucru nu presupune o pregătire specială, o anumită tendinţă, bani mulţi, căci ocaziile pentru „inovaţii cotidiene“ apar — atât în cazul adulţilor, cât şi al copiilor — în viaţa de zi cu zi.

POVESTEA UNUI TÂNĂR INOVATOR

Antreprenorul Rachel Brooks, cofondator al companiei de comerţ electronic Citizen Made, nu este un simplu susţinător al acestor idei, le-a şi trăit. La douăzeci şi ceva de ani, în 2012, Brooks era deja recunoscută ca inovatoare, la 26 de ani a fost inclusă pe lista Women Innovate Mobile’s Female Founders to Watch şi Dell’s Inspire 100. Care dintre realizările lui Brooks au atras atenţia companiei Dell? După cum s-a explicat în comunicatul de presă, pe lista Inspire 100 figurează „gânditori, designeri şi persoane care îşi asumă riscuri“, care sunt „motivate de propriile pasiuni şi care îi inspiră pe alţii să le urmeze exemplul“.[46] Accentul era pus în mod special pe formatorii de opinie, care au folosit tehnologia pentru a-i mobiliza şi inspira pe ceilalţi.

Ceea ce a făcut şi Brooks, de altfel. Obiectivul Citizen Made este de a folosi

tehnologia pentru a da un imbold designului creativ și sinergic, permițându-le vânzătorilor cu amănuntul să-și modifice produsele împreună cu consumatorii. O companie care produce tricouri poate folosi Citizen Made pentru a interacționa cu clienții care vor să-și personalizeze tricoul. Această colaborare se poate petrece în timp real prin intermediul site-ului Citizen Made, iar acest serviciu poate fi folosit de companii mai mari sau mici din întreaga lume, datorită softului creat de Brooks și de cofondatorul Bryn McCoy. Folosirea tehnologiei pentru a-i pune în legătură pe comercianți și consumatori și pentru a înlesni colaborarea în vederea adaptării produselor la cerințele clienților a fost un element de cotitură în lumea designului. Inovația tehnologică a lui Brooks a fost stimulată nu doar de abilitățile ei în domeniul software designului, ci și de îmbinarea avantajelor oferite de o serie de discipline.

Deși a fost mulți ani pasionată de artă, Brooks și-a axat studiile pe afaceri la facultate și a absolvit University of Michigan's Stephen M. Ross School of Business. Ne-a mărturisit[47] că, deși a avut rezultate bune la facultate, a ales să nu-și folosească toată energia pentru a obține note mari. Brooks a considerat că este foarte important să participe la o serie de cursuri care o interesau — chiar dacă nu era sigură că le va putea absolvi cu nota 10. Nu a renunțat nici la pasiunea pentru artă, deși și-a canalizat atenția asupra businessului. Acest lucru i-a permis ca după absolvirea facultății să îmbine în mod armonios interesul pentru artă și afaceri. În timp ce lucra la un mare magazin din New York a început să fie interesată de modă. Apoi, a lucrat la o mare agenție de publicitate din Chicago, unde a învățat o mulțime de lucruri despre produsele digitale și programare. A creat apoi Citizen Made — o combinație între artă, business, publicitate și profesionalism în domeniul digital —, un „produs" de succes pentru clienți și comercianți deopotrivă.

Brooks ne-a vorbit despre experiențele din copilărie care au determinat-o să devină o inovatoare. Își amintește că era animată de o „curiozitate permanentă", îi plăcea să învețe și să exploreze fără vreun scop anume. Micile ei descoperiri timpurii au devenit cu timpul elemente de inovație. Încă din copilărie a încercat să găsească răspunsul la trei întrebări: „Cum aș putea afla mai multe despre acest lucru? Ce îmi stârnește interesul? Cum aș putea face acest lucru mai bine?"

„CUM POT FACE ACEST LUCRU MAI BINE?"

Esența procesului de inovație este să te întrebi tot timpul „cum pot face acest lucru mai bine“. Brooks înțelege acum că, pe când era copil, și-a dezvoltat impulsul interior de a profita de orice ocazie pentru a explora, deoarece astfel a reușit să descopere cum să pătrundă în profunzimea domeniilor care îi stârneau interesul. Ea își amintește că întotdeauna voia să înțeleagă îndeajuns de bine ceva pentru a folosi acel lucru altfel, pentru a face ceva deosebit, ceva nou. În copilărie, Brooks se putea juca în voie, nu i s-au impus niciodată anumite activități și nici nu s-a simțit vreodată forțată să exceleze într-un anumit domeniu. Ba chiar poate spune că în casa părintească „se făceau tot felul de lucruri, fără un scop măreț“. Mama ei se pricepea foarte bine la croitorie și-i făcea tot timpul haine fiicei ei. Brooks a înțeles, încă de când era copil, că mama ei are „capacitatea de a crea ceva“, adică de a trece de la idee la tipar și apoi la execuție. De-a lungul anilor, Brooks a învățat să coasă, iar acum, fidelă spiritului Citizen Made, își face singură hainele — inclusiv multe dintre ținutele pe care le poartă la întâlnirile de afaceri și de promovare.

Un lucru extrem de important este faptul că părinții lui Brooks au încurajat-o să desfășoare multe alte activități artistice care au ajutat-o să-și dezvolte curiozitatea și i-au întărit gândirea inovatoare. În copilărie, Brooks desena, picta, iar muzica era una dintre preocupările ei favorite. Copiii din familia Brooks desenau, pictau, cântau de dragul de a o face, nu conta dacă o făceau „bine“ sau nu. Singura activitate pe care părinții i-au impus-o lui Brooks au fost lecțiile de pian, pe care le-a făcut săptămânal, timp de treisprezece ani. Este interesant de remarcat faptul că aceasta este singura activitate din copilărie de care nu-și amintește cu plăcere — „detestam orele de pian!“

Brooks ne-a mărturisit că mesajul care se desprinde din modul în care s-au petrecut lucrurile în întreaga ei copilărie este acela că părinții ei și-au încurajat copiii „să își descopere și să își dezvolte pasiunile“, nu i-au forțat niciodată „să obțină performanțe“. Tony Wagner, specialist în educație la Harvard University, definește această atitudine triada „joacă, pasiune, țel“[48]. Joaca din primii ani de viață le oferă copiilor ocazia de a-și descoperi pasiunile, iar acest lucru îi îndeamnă mai târziu să urmărească un țel, alimentat de propriile impulsuri. Brooks a dobândit astfel încredere în sine, un simț de autonomie personală și dorința de a da un sens vieții sale, precum și o înclinație de a nu se mulțumi doar să știe cum merg lucrurile, ci de a găsi soluții pentru a le face să meargă mai bine. Acestea sunt calitățile care îl definesc pe un gânditor antreprenorial. Iar

copiii, asemenea antreprenorilor, sunt animaţi de curiozitate, au dorinţa de a face lucrurile să meargă mai bine, dar ei trebuie să fie încurajaţi şi susţinuţi în acest sens, nu trebuie să li se taie aripile.

EXPUNERE + DISCUȚIE + PRILEJ = CĂUTĂTORI DE INOVAȚII

Aşadar, chiar nu are niciun rost să susţinem ideea de a li se impune copiilor o serie de activităţi organizate pentru a fi „buni“ la ceva încă de la vârste mici? Ba da, numai că părinţii trebuie să ţină cont de trei principii. Primul, dacă se alocă prea mult timp activităţilor structurate, copilul poate fi lipsit de beneficiile obţinute în timp ce se joacă, în timpul nestructurat de părinţi. Când vine vorba să abordăm ceva, orice, în mod inovator, trebuie să privim acel lucru din mai multe perspective. Când copiii ascultă muzică, asistă sau participă la manifestări sportive, intră în relaţie cu tehnologia, o privesc pe mama gătind — şi lista poate continua la nesfârşit — minţile lor fragede au ocazia să cunoască domenii diferite şi să experimenteze diverse tipuri de gândire. Nimic nu poate fi mai util decât să încurajezi un copil să încerce să facă lucruri diferite în anii de formare. Prin urmare, chiar dacă un copil în vârstă de 5 ani pare un dansator, un sportiv, un programator — sau orice altceva — gata să înflorească, părintele trebuie să îi lase suficient de mult timp pentru alte activităţi şi să îl încurajeze să experimenteze. Ca părinţi, puteţi recurge la această practică pe tot parcursul copilăriei şi adolescenţei.

Al doilea, atunci când un copil este implicat într-o activitate structurată, accentul este pus de obicei pe deprinderea unei abilităţi anume. Acest lucru, o spun din nou, nu este greşit, dimpotrivă, este un lucru bun. Amintiţi-vă însă nenumăratele lucruri pe care Rachel Brooks le-a învăţat când era implicată în tot felul de activităţi alături de părinţii ei. Pentru un copil acumularea cunoştinţelor este la fel de importantă ca dobândirea abilităţilor specifice şi de aceea părinţii trebuie să aloce timp activităţilor nestructurate. Orice părinte poate introduce în programul zilnic al copilului său lucruri folositoare de învăţat. Aveţi un restaurant preferat? Împărtăşiţi-i copilului de ce credeţi că acesta este mai bun decât altele. Vă place un anumit sportiv? Prin ce calităţi se remarcă? În copilărie nu învăţăm doar să dezvoltăm anumite „abilităţi“ prin antrenament şi practică —

tot acum putem deprinde lecţii de viaţă care ne dezvăluie ce înseamnă inovaţia. Un copil poate învăţa mult mai multe lucruri la vârsta de cinci ani, când devine conştient ce fel de detalii caracterizează un restaurant excelent, decât atunci când ajunge să fie un bun bucătar.

Al treilea, activităţile structurate nu le permit întotdeauna copiilor să descopere ce-i interesează. În cadrul unei abordări strategice de tip deschis, copiii pot descoperi pasiuni care permit abilităţilor inovatoare să se dezvolte. Curiozitatea înnăscută a unui copil îl va îndemna să înţeleagă anumite lucruri, să rezolve o problemă şi să îmbine ideile altfel. Ce poate fi mai util?

Climatul familial în care a crescut Jen, ca şi climatul familial al lui Brooks, a determinat-o să aprecieze nenumăratele tipuri de stimulare cognitivă. Jen nu s-a gândit să cerceteze anumite domenii; ea a considerat că cel mai îndreptăţit lucru este ca, atunci când te impresionează ceva, să încerci să descoperi profunzimile acelui lucru. Prin urmare, Jen a simţit nevoia şi i s-a permis să descopere „antreprenorul“ din ea încă de foarte tânără. A petrecut ore în şir creând jocuri de societate, inventând conceptul, schiţând tabla de joc şi piesele, cutia şi ambalajul. Cel mai apreciat dintre jocurile create de ea este „Fashion Fads“. Fiecare participant primea un personaj (pion), băiat sau fată, care avea o obsesie diferită legată de modă. Fiecare personaj trebuia să străbată un anumit traseu pe tabla de joc şi să câştige diferite piese care să-i completeze ţinuta. Jen a lucrat luni de zile să termine acest joc, iar apoi s-a distrat jucându-l cu prietenele ei.

Este interesant să analizăm asemănările şi deosebirile dintre Jen şi fratele ei, James. Şi James a fost fascinat de inovaţii, dar într-un mod diferit. El a fost însă de mic obsedat de pescuit, pasionat de artă şi scris. În timpul călătoriilor făcute cu familia, a pescuit feluriţi peşti, i-a pictat şi a descris călătoriile în jurnal. A continuat să-şi urmeze pasiunea pe parcursul adolescenţei, iar în primul an de colegiu, un prieten jurnalist l-a încurajat să trimită ce a scris unui editor. Alfred Knopf, editor şi amator de călătorii, a fost încântat de scrierile lui şi le-a publicat. James avea nouăsprezece ani atunci, iar cartea lui de călătorii prin America de Nord, cu ilustraţii proprii, s-a vândut în 100 000 de exemplare — şi i-a încurajat pe toţi pescarii amatori, foarte numeroşi pe atunci, pescuitul devenise o adevărată modă, să dea curs pasiunii lor. În familia Prosek, cei doi copii cu pasiuni atât de diferite aveau totuşi ceva important în comun: au crescut învăţând să dea frâu liber pasiunilor lor şi să fie nişte inovatori plini de curaj.

„GÂNDIREA CONTRAFACTUALĂ“[49]: CÂT DE SOFISTICATĂ ESTE MINTEA UNUI TÂNĂR

Cercetătorii din domeniul dezvoltării copilului au început să descopere unele dintre modalitățile specifice în care copiii își demonstrează tendința în formare spre o gândire inovatoare. Acest domeniu de cercetare, care ia amploare, oferă o analiză amănunțită în ceea ce privește modul oarecum surprinzător în care se poate stimula cât mai eficient dezvoltarea minții tinerilor, o minte atât de sofisticată, și prezintă strategii simple care îi pot ajuta pe părinți să își încurajeze copiii să fie creativi.

Să începem cu jocul imaginativ, care a fost frecvent citat ca modalitate primară pentru dezvoltarea creativității copilului. Când eram copii, cu toții am avut prieteni imaginari, am purtat războaie cu soldați de jucărie sau ne-am imaginat că suntem prințese și participăm la balul regal. Timp de decenii, specialiștii au considerat că jocul imaginativ (în care copiii pretind că un obiect este altceva decât ceea ce este sau pretind că sunt altcineva) are o influență esențială asupra creativității în primii ani de viață. Și pe bună dreptate: oare faptul că pretinde că este altcineva nu este cel mai creativ lucru pe care îl poate face un copil?

Problema este însă ce face mintea unui copil când este implicată într-un joc imaginativ — căci, după cum susține Angeline Lillard, psiholog specialist în dezvoltare, jocul imaginativ nu este deloc singura modalitate prin care copiii se pot implica în gândirea creativă.[50] Dacă cercetăm mai atent în literatura de specialitate, putem izola elemente care, în copilărie, fac astfel încât multe tipuri de activitate să fie productive și stimulatoare în ceea ce privește inovația. Toate aceste informații pot părea puțin greoaie, dar au implicații profunde pentru parenting și dezvoltarea copilului. Caren Walker și Alison Gopnik sugerează că jocul imaginativ[51] — sau mai exact „simularea“ — este o modalitate prin care copiii își dezvoltă „raționamentul contrafactual“ sau abilitatea de a avea în vedere alternative posibile la ceva ce s-a întâmplat deja. În același timp, este o cale de a-și imagina ce posibilități au în viitor pe baza observațiilor din trecut. Raționamentul contrafactual sprijină în mod susținut dezvoltarea gândirii inovatoare deoarece este o cale naturală, puternică prin care copiii se pot gândi la „ce-ar fi dacă“ pe baza a „ce a fost“ — dar și la „ce-ar putea fi“. Această capacitate poate fi consolidată sau înnăbușită de adulți, iar în al doilea caz ajungem în situația de a ne declara îngrijorarea și, dacă vă amintiți, am mai

făcut-o deja: cultura noastră nu le oferă copiilor îndeajuns de multe prilejuri de a practica gândirea inovatoare.

Unui părinte îi este foarte la îndemână, de fapt, să-şi încurajeze copilul să intre în lumea jocului imaginativ. Perioada preşcolară — etapă în care îi vedem adesea pe copii abordând instinctiv jocul imaginativ — este o fază deosebit de importantă pentru dezvoltarea copilului şi extrem de indicată, prin urmare, pentru a încuraja acest gen de activitate cognitivă. De exemplu, pentru un copil mic este foarte hazliu să-şi imagineze o cursă între două maşini. Ar fi foarte interesant să vadă ce se întâmplă dacă maşinile se ciocnesc, de pildă. Îi puteţi stimula copilului gândirea contrafactuală întrebându-l apoi ce se întâmplă dacă una dintre maşini goneşte mai încet decât cealaltă sau dacă una dintre maşini deviază de la traseu şi o apucă în direcţie opusă. Copilul va fi pus în situaţia de a se gândi la diferite posibilităţi, pornind de la ceea ce a văzut deja, şi de a crea scenarii noi, situaţii la care nu a asistat încă.

Este, de asemenea, foarte important ca părintele să devină un observator al copilului şi să-şi dea seama când acesta practică în mod spontan raţionamentul contrafactual şi să nu-l descurajeze. Să luăm exemplul curselor de maşini. Începeţi prin a stabili traseul cursei, iar apoi copilul creează situaţii în care maşinile se ciocnesc sau ies în afara traseului. Instinctiv, vă gândiţi că nu ştie să „conducă“ maşinile „cum trebuie“. E foarte posibil chiar să intervenţi şi să-l ajutaţi să menţină maşinile pe traseu. O strategie mult mai productivă ar fi să deveniţi partener de joacă şi să vă arătaţi interesat de ce se întâmplă când maşinile se ciocnesc şi ies în afara traseului. Astfel, veţi avea ocazia să vedeţi cum intră în acţiune sofisticatele abilităţi de gândire contrafactuală ale copilului.

MAI PUŢIN ÎNSEAMNĂ MAI MULT: A GHIDA SAU A INSTRUI?

Există două principii esenţiale menite să încurajeze gândirea contrafactuală: lăsaţi copilul să conducă jocul şi puneţi-i întrebări, nu-l criticaţi când greşeşte şi nu-i oferiţi răspunsuri. Reţineţi un lucru: „criticând“ copiii foarte mici când se joacă — spunându-le ce să facă sau arătându-le cum să facă ceva — le subminaţi dezvoltarea cognitivă, căci părintele şi nu copilul recurge la gândirea

contrafactuală.

Laura Schulz şi colegii săi de la MIT (The Massachusetts Institute of Technology)[52] au făcut un experiment care ilustrează aceste principii. Cercetătorii au adus într-un laborator, rând pe rând, mai mulţi copii în vârstă de 4 ani. Fiecărui copil i s-a arătat o jucărie nouă — care avea patru tuburi ataşate. Fiecare tub putea să facă ceva. Unul dintre ele scotea un sunet dacă trăgeai de el. Un altul avea înăuntru o oglindă. Copiii au fost împărţiţi în două grupuri. Copiilor din primul grup, Laura le-a arătat cum funcţionează jucăria; în timp ce dădea explicaţii, Laura trăgea intenţionat, în mod repetat, de tubul care scotea sunete. Apoi, ieşea din încăpere şi lăsa copilul să se joace. În cazul copiilor din al doilea grup, Laura a tras ca din întâmplare de tubul care scotea sunete şi s-a arătat surprinsă când a auzit sunetele — apoi a spus că vrea să încerce din nou să vadă ce se întâmplă. Apoi a ieşit din încăpere şi a lăsat copilul singur cu jucăria.

Odată rămaşi singuri, copiii din ambele grupuri au încercat să facă jucăria să scoată sunete trăgând de tubul corect. Copiii care au asistat însă la descoperirea „întâmplătoare“ a tubului care scotea sunete s-au jucat mai mult cu celelalte tuburi şi au petrecut mai mult timp explorând. Ei au părut mai curioşi să afle dacă şi celelalte tuburi fac ceva interesant după ce li s-a sugerat o descoperire, în loc să li se arate ceva concret.

Dr. Alison Gopnik şi colegii săi au efectuat un experiment similar cu copii în vârstă de 4 ani, care a avut aproape aceleaşi rezultate.[53] Cercetătorii le-au prezentat celor două grupuri de copii o jucărie care putea să cânte, dar numai dacă era respectată o suită de acţiuni într-o anumită ordine. Copiilor din primul grup li s-a arătat cum trebuie să procedeze, dar uneori jucăria cânta, alteori nu. Copiii din al doilea grup l-au privit pe cercetător încercând să facă jucăria să cânte după ce acesta le-a spus de la bun început că nu ştie cum funcţionează jucăria. Pentru ca jucăria să cânte era nevoie de trei acţiuni (de pildă, trage aici, apasă acolo, loveşte butonul), dar jucăria cânta numai dacă la sfârşit se făceau două lucruri anume. Copiii din primul grup au imitat întocmai gesturile cercetătorului, respectând ordinea acţiunilor. Copiii din celălalt grup au încercat să-şi dea seama care sunt cele două acţiuni necesare. Ei au explorat posibilităţile existente şi pe parcurs au descoperit o cale mai simplă de a face jucăria să cânte (şi şi-au dat seama cum funcţionează de fapt!).

După cum sugerează aceste studii, copiii dobândesc abilităţile esenţiale când încearcă să înţeleagă singuri anumite lucruri. Părintele poate crede că ar fi util

să-i arate copilului „cum funcționează“ o anumită jucărie, dar în realitate avem dovezi care confirmă că, atunci când îi spunem exact ce să facă, copilul nu are la fel de mult de învățat ca în situația în care îl încurajăm să exploreze, să manevreze jucăria, să-și pună întrebări, să încerce și să descopere singur cum funcționează.

Mai aveți nevoie de dovezi că mai puțin înseamnă, de fapt, mai mult? În cadrul unui studiu publicat în Parenting: Science and Practice[54] se vorbește despre următorul experiment: mai multe perechi formate din mamă și copil au fost filmate în timp ce se jucau (autorii experimentului le-au pus la dispoziție tot felul de jucării). Fiecare pereche a fost observată pe parcursul a patru ani — de la vârsta de 1 an până la vârsta de 5 ani a copilului. Echipa de cercetători a vizionat materialele filmate și a dat anumite calificative măsurii în care interacțiunea mamei a fost „directivă“ — mama a folosit comenzi, rugăminți sau pur și simplu i-a spus ce să facă. A fost avut în vedere, de asemenea, modul în care au reacționat copiii la indicații — dacă au reacționat pozitiv când se jucau cu mama sau au ripostat refuzând să se mai joace.

„Lăsați-i pe copii să se joace cum le place.“

Rezultatele acestui studiu au fost edificatoare. Cu cât mama încerca mai mult să controleze jocul și să-i spună copilului ce să facă, cu atât acesta era mai puțin dispus să se joace și avea un comportament negativ. Dezaprobarea maternă (expresii faciale, tonul vocii) inhiba jocul și stârnea un comportament de „punere în act“. Cea mai bună strategie s-a dovedit a fi cea a mamelor care și-au lăsat copiii să preia conducerea jocului și să dea frâu liber imaginației; acțiunea cea mai încurajatoare a fost aceea de a improviza, în funcție de jocul copilului. Încercați să rezistați tentației de a-i spune copilului că trebuie să se joace numai „așa“ cu o jucărie și să renunțe să mai fabuleze. Încercați să-i spuneți, în schimb: „Ce-ar fi să facem cutare lucru?“, să îi încurajați și lăudați ideile. Dacă micuții au nevoie de ajutor sau au de gând să facă ceva ce poate fi periculos, interveniți, desigur. În general însă, „lăsați-i pe copii să se joace cum le place“ și alăturați-vă lor jucând rolul unui participant binevoitor și curios.

În multe privințe, folosind acasă principiul „mai puțin înseamnă mai mult“,

faceţi întru câtva ceva asemănător cu ceea ce fac mulţi oameni de afaceri de succes la locul lor de muncă. Jen a învăţat că un lider care nu este niciodată mulţumit de activitatea angajaţilor săi obţine beneficii reduse. Această atitudine poate diminua entuziasmul şi încrederea oamenilor, mai ales atunci când munca lor este, în principiu, „mulţumitoare“ şi nu e cazul să fie direcţionată sau să se muncească mai mult; de fapt, acest tip de intruziune îi poate descuraja pe subalterni să fie inovatori, lipsindu-i de ceea ce îi motivează pentru a face performanţă — adică, de bucuria de a descoperi şi de satisfacţia de a găsi soluţii care să contribuie la bunul mers al activităţii. Există, desigur, şi situaţii în care angajaţii trebuie să fie coordonaţi şi supravegheaţi — Jen spune însă că, în astfel de cazuri, este important ca ei să fie îndrumaţi, nu învăţaţi ce să facă, astfel încât să se poată simţi mândri de propria muncă. Acelaşi lucru este valabil şi în cazul copiilor.

SĂ DEZMEMBRĂM LUCRURILE (SAU SĂ DEMONTĂM LUMEA)

Pentru ca un copil să înţeleagă multe lucruri, trebuie să le analizeze unul câte unul. Copiii au tendinţa înnăscută de a dezmembra jucăriile pentru a vedea ce este înăuntru, ce legături există între părţile componente şi cum pot face jucăria la loc. Richard a auzit multe întâmplări de la părinţi care au descoperit la copiii lor această abilitate — şi sunt conştienţi de importanţa ei. Iată unul dintre cazuri: unui băieţel în vârstă de 5 ani nu-i plăcea să meargă la grădiniţă. Motivul real era faptul că nu reuşea să înveţe să citească la fel de uşor ca alţi copii. Părinţii au început să remarce că acelaşi lucru se întâmpla şi acasă. Ori de câte ori încercau să facă exerciţii de citit, copilul refuza şi spunea că vrea să se ducă în camera lui „să se joace cu aparatul radio“. Părinţii au crezut că aceasta este doar o tactică, să evite să facă ce-i spun, şi îl forţau să citească şi nu-l lăsau să se ducă în camera lui. Peste o săptămână sau două, şi-au schimbat atitudinea. S-au gândit că poate joaca cu aparatul radio este un lucru folositor pentru fiul lor şi i-au spus că poate face asta după ce termină exerciţiile de citit.

Schimbarea de atitudine a părinţilor lui a dat roade, băiatul a devenit mult mai maleabil şi mai ascultător la grădiniţă şi acasă, iar rezultatele lui la învăţătură s-au îmbunătăţit simţitor. Părinţii erau însă nedumeriţi, căci ori de câte ori fiul lor

era în camera lui, iar ei treceau pe acolo, nu se auzea niciodată muzică. Într-o seară, au intrat şi au văzut aparatul radio pe jos, dezmembrat în piesele lui componente. L-au dojenit pentru că a stricat radioul şi l-au întrebat dacă a făcut asta pentru că era furios că trebuie să citească. Băiatul le-a spus că îl distrează să dezmembreze radioul în bucăţi şi să vadă cât de repede îl poate face la loc. Apoi, le-a făcut o demonstraţie. Peste douăzeci de ani, îşi construia o carieră de succes ca inginer.

Dezmembrarea lucrurilor nu este ceva lipsit de sens, este un instinct formativ, de bază. Pentru o minte tânără este impresionant să dezmembreze şi să refacă un obiect, deoarece nu este o experienţă abstractă, ci o aventură reală, la care participă în mod direct. Veţi fi plăcut surprinşi să vedeţi ce fac copiii, din proprie iniţiativă, cu jucăriile şi obiectele pe care le folosesc zilnic dacă sunt lăsaţi în voia lor. Cu prima ocazie când vedeţi copilul făcând ceva „ciudat“ cu o jucărie, încercaţi să gândiţi cu mintea lui şi vedeţi dacă puteţi recunoaşte gândirea contrafactuală în acţiune.

Ar trebui să fiţi mai receptiv la ceea ce face copilul când se confruntă cu o anumită problemă — cu o jucărie care nu funcţionează, de pildă. Sau, ca să spunem lucrurilor pe nume, ar trebui să fiţi mai atent la ce vede copilul că faceţi dumneavoastră într-o astfel de situaţie. Modelând raţionamentul contrafactual — vorbind adică despre cum ar trebui să funcţioneze jucăria, ce anume nu funcţionează, cum aţi putea s-o reparaţi, cum vă puteţi da seama dacă aţi rezolvat problema — îl încurajaţi pe copil să gândească şi el contrafactual. Dacă păreţi dezamăgit în faţa unei probleme, copilul va începe să se manifeste la fel. Mult mai indicat ar fi să consideraţi această situaţie neplăcută o ocazie de a cerceta, a învăţa şi a rezolva, pentru că astfel copiii vor adopta o strategie similară.

Dacă păreţi dezamăgit în faţa unei probleme, copilul va începe să se manifeste la fel.

Astfel de ocazii nu apar numai atunci când se defectează ceva — de ele ne ciocnim zilnic, ori de câte ori copilul încearcă ceva nou, ceva care vă poate pune răbdarea la încercare. Gândiţi-vă, de pildă, cum aţi interacţiona cu copilul dacă aţi sta împreună pe covor şi aţi încerca să montaţi un puzzle care este prea dificil

pentru el? Veți căuta în locul lui piesele potrivite? Îl veți stimula verbal, pornind de la principiile călăuzitoare pentru aplicarea unei strategii? Îl veți critica atunci când pune două piese laolaltă fără să se potrivească? Sau veți încerca să vă țineți în frâu tentația de a interveni, îl veți lăsa pe copil să-și dea seama de unul singur ce trebuie să facă și vă veți bucura de bucuria lui când găsește piesa potrivită, îl veți încuraja să caute în continuare și astfel îi veți stimula interesul? Toate acțiunile și cuvintele părintelui vor fi amplificate de o mie de ori — căci părintele este cel care dă tonul, el este modelul demn de urmat.

ARTĂ ȘI INOVAȚIE

Mulți specialiști s-au întrebat de-a lungul anilor dacă arta joacă un rol vital în cultivarea gândirii inovatoare în copilărie. În prezent s-au emis ipoteze noi care susțin importanța cognitivă a artei. Jennifer Groff, cofondator al Centre for Curriculum Redesign și vicepreședinte al departamentului de învățare și dezvoltare de programe la Learning Games Nertwork, a scris un important articol publicat în Harvard Educational Review[55], intitulat „Expanding Our «Frames» of Mind for Education and the Arts“. Ea sugerează că, în trecut, credeam că arta poate constitui un suport secundar pentru alte „inteligențe“, precum cea logico-matematică. Groff afirmă că această ipoteză nu surprinde cu exactitate modul în care funcționează creierul sau cum se desfășoară dezvoltarea cognitivă. Ea propune, în schimb, conceptul de „orientare multilaterală“[56]: funcția creierului operează în timp real pentru a face două lucruri: procesează informația prin modalități senzoriale multiple și alcătuiește reprezentări cognitive paralele pentru a promova o gândire interdisciplinară. Groff afirmă că artele vizuale ar trebui să fie considerate o zonă primară esențială de educație, care promovează orientarea multilaterală ca scop fundamental al dezvoltării cognitive.

Dr. Robert Root-Bernstein este un deschizător de drumuri; el a analizat rolul de catalizator pe care îl au artele și științele pentru gândirea inovatoare. În calitate de profesor de fiziologie la Michigan State University, a scris numeroase studii, împreună cu soția sa dr. Michele Root-Bernstein, despre rolul extrem de important pe care îl are faptul că în copilărie venim în contact cu arta, pentru cultivarea gândirii inovatoare în știință. Iată numai un scurt exemplu pe tema

tipurilor de reflecţii oferite în scrierile sale: „…Einstein nu s-a remarcat în niciun fel la orele de matematică şi fizică…[57] Aşadar, ce talente deosebite avea? Unul era în mod cert o capacitate deosebită de a vizualiza conceptele în minte, talent ce i-a fost încurajat în perioada studiilor secundare la şcoala cantonală din Aargau[58]… Unul dintre rezultatele pregătirii a fost obiceiul lui Einstein de a se imagina călare pe un fascicul de lumină sau căzând cu liftul cu viteza luminii, elementele care au stat la baza experimentelor sale mintale ce au condus la descoperirile sale revoluţionare“.

Povestirile despre Einstein ne oferă o perspectivă atrăgătoare asupra importanţei pe care o are gândirea inovatoare şi asupra faptului că simpla evaluare a unor abilităţi „pure“ nu ne ajută să depistăm cu cea mai mare precizie cine va fi inovator. Ne vom întreba însă, fără îndoială, cât de exact se pot transpune principiile învăţate de la Einstein în cazul majorităţii oamenilor. Să fi fost Einstein o anomalie cu o minte inegalabilă care i-a permis să facă legături care le-au scăpat altora? Sau poate e vorba de un principiu mai general care explică dezvoltarea şi realizările oamenilor de ştiinţă?

Să ne oprim puţin asupra unui aspect din povestea lui Einstein: „experimentele mentale“ care presupun vizualizare. Groff consideră că unul dintre beneficiile timpurii ale artei în copilărie este acela că omul învaţă să perceapă obiectele tridimensionale. Ocaziile pe care le are un copil de a manevra obiecte tridimensionale încurajează procesele cognitive de ordin superior precum rotaţia spaţială — procese care devin importante atunci când copiii învaţă, la un moment dat, materii precum geometria şi chimia. Dar abilităţile depăşesc zona specifică a conţinutului. Indivizii din multe domenii profesionale încearcă să „vizualizeze“ soluţii la problemele care intervin.

Dr. Juan Ivaldi, un bine-cunoscut chimist şi inovator de succes, este de acord cu acest lucru.[59] Ivaldi a fost o somitate în domeniul chimiei analitice, a îmbinat progresele făcute în domeniul cercetării cu rezultatele activităţii sale de inventator (este coautor al mai multor patente în domeniul fizicii). El ne-a explicat în cât de mare măsură activitatea sa inovatoare presupune vizualizare: „Inovaţie înseamnă să vezi ceva ce alţii nu văd. Când spun «să vezi», înţeleg să vizualizezi în minte un concept abstract. Cu alte cuvinte, să nu iei lucrurile drept ceea ce sunt şi să-ţi păstrezi mintea deschisă pentru orice posibilitate sau ocazie care se iveşte… Inovaţie înseamnă să ai încredere şi să îndrăzneşti. Mai întâi, trebuie să crezi că ai puterea să inovezi. Apoi, observând lucrurile în profunzime şi neluându-le drept ceea ce sunt, încep să apară şi soluţiile în minte. Cel puţin

așa stau lucrurile în cazul meu“.

Ivaldi susține că descoperiri au loc în timpul contemplației: „Uneori, de pildă, în mintea mea se dădea un fel de luptă, exista o nevoie de a înțelege și de a îmbunătăți randamentul unui dispozitiv. În acest proces, în efortul pe care îl făceam pentru a rezolva problema și pentru a avea răgazul să analizez în liniște datele, în mintea mea apăreau gânduri inovatoare. În aceste momente de calm și liniște, în capul meu se crea un model mental a ceea ce trebuia să fac. Odată creat acest model, puteam rezolva problema“.

Acest proces de vizualizare pe care îl practică oamenii de știință reprezintă o modalitate în care procesele cognitive provocate de științe și arte coincid. Iată ce spune Ivaldi: „Artele vizuale sunt extrem de importante pentru cultivarea vizualizării mentale abstracte. Ai nevoie să-ți imaginezi ce ar putea fi, pe baza unui model creat în urma a ceea ce ai observat… Artele vizuale, care analizează dimensiuni, culori și forme, îți antrenează mintea și îți asigură experiența necesară, care mai târziu te vor ajuta să-ți imaginezi cum funcționează lumea fizică. În cele din urmă, capacitatea de a modela complexitatea lucrurilor în minte conduce la o înțelegere a fenomenului în care explicațiile privind ceea ce se întâmplă se reduc la descrieri mai simple, de bază. Este ca și când ai privi dincolo de suprafața lucrurilor. Iar această percepție este esența, ea ne conduce către gândirea inovatoare și găsirea soluțiilor“.

Cercetările întreprinse de Root-Bernstein și colegii săi la Michigan State University[60] ne oferă dovezi noi în sprijinul acestei premise. Cercetătorii au studiat o serie de ingineri, absolvenți cu rezultate foarte bune în știință, tehnologie, inginerie, matematică și ingineri din aceste domenii, adunând date despre interesul pe care-l manifestă aceștia față de arte, precum și indicatori obiectivi cu privire la realizările lor profesionale. După analizarea grupului în ansamblu, s-au descoperit câteva elemente notabile. De pildă, posibilitatea ca absolvenții cu rezultate foarte bune din domeniile menționate să fie interesați de arte este de 3 până la 10 ori mai mare în comparație cu normele naționale. Un lucru și mai grăitor este faptul că echipa de cercetare a analizat și ceea ce cercetătorii din cadrul ei au numit „capital creativ“ — măsura în care indivizii din cadrul studiului au solicitat sau chiar au drepturi de copyright, patente, au creat companii, au publicat articole și/sau cărți. Tendința de a produce capital creativ era în mare măsură asociată cu un interes „susținut“ (adică o prezență obișnuită în viața lor) față de arte.

V-aţi putea întreba dacă nu cumva aceste rezultate nu aveau şi o altă explicaţie, precum banii. Poate că interesul acestor oameni faţă de artă reflecta pur şi simplu bunăstarea lor materială — familiile cu resurse financiare şi-au permis să încurajeze interesul copiilor lor faţă de arte. Răspunsul este însă nu; echipa de cercetare a stabilit că starea materială a familiilor din care făceau parte subiecţii nu era un factor predictiv nici al contactului cu artele în copilărie, nici al „capitalului creativ“. Ceea ce a contat însă a fost participarea la fenomenul artistic încă din copilărie şi prelungirea interesului faţă de artă pe parcursul copilăriei şi la maturitate. Altfel spus: „O copilărie privilegiată nu este un atu pentru antreprenoriat şi inovaţie. Artele şi meşteşugurile se pare că da“.

ARTA ÎN COPILĂRIE: CRUCIALĂ PENTRU INOVAŢIE

O serie de factori reduc posibilitatea ca un copil să vină în contact cu artele. Potrivit constatărilor unui studiu recent, părinţii nu sunt adesea conştienţi de efectele practice extrem de benefice ale artelor şi meşteşugurilor. Richard a organizat, în colaborare cu Elmer’s Products[61], un studiu în care au fost incluse peste 300 de mame (având copii cu vârste cuprinse între 3 şi 8 ani), pentru a stabili în ce măsură sunt acestea conştiente de beneficiile şi obstacolele artelor şi meşteşugurilor. Cea mai importantă constatare a fost că, deşi mamele înţeleg că artele şi meşteşugurile pot avea beneficii cognitive, marea majoritate ar vrea să ştie mai multe despre avantajele pe care le au pentru dezvoltarea copilului. Aşadar, am organizat un studiu la care au participat o serie de specialişti în domeniul dezvoltării copilului pentru a analiza beneficiile artelor şi meşteşugurilor pentru dezvoltarea copilului. Au fost identificate multe astfel de beneficii, dar acum ne vom referi numai la trei dintre ele, cele mai importante, şi le vom oferi în acelaşi timp părinţilor câteva sfaturi utile.

• *Promovează gândirea imaginativă. Ştim deja că un aspect fundamental al gândirii inovatoare este să-ţi imaginezi ceea ce nu vezi. Meşteşugăritul — fie că trebuie să ţină cont de anumite indicaţii, fie că e vorba de forme libere — le oferă copiilor ocazia să-şi imagineze ce vor crea înainte de a crea acel ceva. Părinţii trebuie să încurajeze acest tip de gândire prin întrebări (într-un stil cât*

mai amuzant, nu e vorba de un examen) și să-l stimuleze să vorbească cât mai mult despre ceea ce gândește.

• Încurajează „gândirea“ care conduce la rezolvarea problemei. Meșteșugăritul le permite copiilor nu doar să-și imagineze un posibil viitor, ci și să întocmească un plan ca să-l materializeze. Încurajați-l pe copil să vă vorbească despre pașii pe care îi face în minte pentru a rezolva o problemă, căci astfel îi veți stimula imaginația și gândirea deopotrivă. Recompensa interioară a momentului „aha“ îi întărește și ea puternic gândirea inovatoare.

• Consolidează „aspectul concret“ al rezolvării problemei. Meșteșugăritul îi poartă pe copii prin întreg procesul de creație. Cu cât se implică mai mult, altfel spus cu cât mâinile îi „traduc în viaţă“ mai bine gândurile, cu atât mai bine. Acest lucru îi susține dezvoltarea motorie fină, dar și legăturile create între abilitățile motorii fine, procesarea vizuală și abilitățile cognitive mai înalte. În acest caz, este foarte bine să stați deoparte. Altfel spus, o intervenție mai redusă înseamnă mai mult pentru copil. Lăsați-vă, de pildă, copilul să lipească urechea câinelui în locul nasului. Lăsaţi-l apoi să privească, iar apoi să schimbe locul dacă vrea. Dacă nu ține cont de indicațiile pe care i le-ați dat, lăsați-l să facă ce vrea, permiteți-i să rezolve singur problema.

Astfel de activităţi nerestricționate încurajează ceea ce cercetătorii numesc „gândire divergentă“ — abilitatea de a gândi diferit provoacă modul tradițional de a vedea lucrurile și generează alternative cognitive, mai degrabă decât rezultate așteptate. Puteți considera această aptitudine o manifestare mai matură a abilităților cognitive, folosită pentru a sprijini gândirea contrafactuală. Site-ul de internet Edutopia.org — care aparține Fundației educaționale George Lucas (GLEF) — a publicat o intervenție intitulată „Fueling Creativity in the Classroom with Divergent Thinking“ („Să încurajăm creativitatea la școală prin gândirea divergentă“)[62], în care se evidențiază faptul că la școală se folosește în mult prea mică măsură gândirea divergentă (de pildă, profesorii le solicită elevilor un singur răspuns la o anumită întrebare și-i determină astfel să se teamă că „greșesc“ dacă dau alt răspuns) și de ce ar trebui să fie încurajat acest tip de gândire în experiențele formative ale copiilor. Artele le oferă copiilor ocazii minunate să experimenteze gândirea divergentă, în mare măsură și pentru că, în esență, sunt atât de deschise, nelimitate.

Ca părinte, puteţi încuraja în fel şi chip gândirea divergentă a copilului. Gândiţi-vă, de pildă, la toate acele ocazii când copilul vă pune o întrebare şi sunteţi tentat să-i răspundeţi. Încercând să transformaţi cel mai obişnuit tip de interacţiune copil–părinte, adică întrebare–răspuns, într-o discuţie permanentă, veţi stimula gândirea divergentă. Nu trebuie să alegeţi un subiect anume. „De ce ne-am blocat în trafic?“ întreabă copilul. Oferiţi-i răspunsul evident, dar şi pe cele mai puţin evidente şi încercaţi să-l convingeţi să facă acelaşi lucru: este o oră de vârf; foarte multe persoane lucrează în acelaşi interval orar; sunt prea multe companii în această zonă; nu avem suficiente drumuri alternative; mai mulţi oameni ar trebui să recurgă la partajarea maşinii. Câte răspunsuri poate oferi copilul? Deşi e foarte adevărat că artele solicită cel mai adesea o gândire divergentă, în realitate, şi viaţa de zi cu zi face acest lucru.

SĂ UNIM CELE 9 PUNCTE

Rachel Brooks, inovator premiat şi cofondator al firmei Citizen Made, încurajată în copilărie să exploreze multe lucruri diferite, fără să se simtă presată să aleagă unul la care să fie foarte bună, a dobândit o paletă largă de informaţii care i-au fost de folos pe drumul ei către inovaţie. Faptul că o interesau mai multe lucruri în acelaşi timp i-a modelat un anumit tip de gândire, care i-a permis să facă tot felul de conexiuni între domenii diferite. „Ancora“, principiul de bază al lui Brooks, era să înveţe să detecteze modele — ceea ce a descoperit în artă, muzică, modă, publicitate şi IT. Conceptul de „model“ i-a asigurat un şablon pentru înţelegerea multor idei şi a ajutat-o să-şi integreze tipul de gândire cu domeniile aparent disparate care o preocupau. Muzica şi croitoria, desenul şi pictura nu-i solicitau calităţi distincte, fără nicio legătură — muzica, de pildă, o îndemna să facă un anumit gen de haine, în timp ce anumite mişcări pe care le făcea când desena semănau cu cele făcute în timp ce cosea. Iată un exemplu: când Brooks a vrut să înveţe limba spaniolă, a început să asculte muzică spaniolă. „Faptul că ascultam muzică spaniolă m-a ajutat să mă familiarizez mai uşor cu acele cuvinte noi şi să le înţeleg mai bine. Iar faptul că scriam versurile şi ascultam în acelaşi timp muzica în capul meu mi-a înlesnit în mod cert capacitatea de a procesa noul vocabular şi gramatica limbii.“

Brooks consideră că a avut ocazia să îşi însuşească o modalitate de a înţelege

lucrurile în mod abstract: „Când începi să remarci modele, începi să te gândești cum se intersectează modelele. Adopți un mod de a gândi mai cuprinzător care îți stimulează creativitatea. Care sunt modelele și lacunele acestor modele, pe care trebuie să le rezolv, pentru a face mai interesant ceva la care lucrez? Altfel spus, cum pot face un lucru mai bine? Mai târziu, când am absolvit facultatea și am început să fac conexiuni între programarea pe computer și crearea unor instrumente care să-i ajute pe oameni să-și conceapă propriile produse împreună cu oamenii care executau acele produse, am aplicat acest mod de a gândi. Am analizat legăturile pe care le făceam între diferite domenii ca să văd dacă pot face ceva care să fie nu doar interesant, ci și folositor pentru cineva“.

Experiența de antreprenor a lui Jen și nenumăratele ocazii pe care le-a avut de a colabora și de a observa cum lucrează alți antreprenori au condus-o la un mod de a gândi similar. Ea constată cel mai adesea că oamenii cei mai creativi creează în mod intenționat legături între părțile disparate ale realității studiate. Astfel, ei găsesc în mod frecvent ocazii favorabile în situații care inițial par a fi potrivnice și eșecuri. În 1992, când Jen și-a unit forțele cu partenerul ei Dan Jacobs, totul părea să-i fie potrivnic. Jen își dorea să lucreze în oraș, în timp ce propunerea lui Dan viza zona suburbană. Ea voia să lucreze la o firmă mare; firma lui Dan era abia la început. Ea voia să lucreze cu clienți importanți; la firma lui Dan nici nu putea fi vorba de așa ceva. Jen absolvise facultatea într-o perioadă de criză, iar marile agenții de relații publice din New York înghețaseră posturile. Astfel a fost nevoită să se angajeze la o firmă începătoare, care nu-i stârnea deloc interesul, dar în loc să se plângă de asta a preferat să se întrebe: „Cum să fac din firma asta ce mi-aș dori să fie?“ După ce a „unit mai multe puncte“, și-a dat seama că pe piață există o ocazie ascunsă. Firmele mari au preferat ca angajații cei mai buni să se ocupe de „clienții atractivi“, lăsând ceilalți clienți, mai puțin atractivi, precum companiile de asigurări, firmele industriale, companiile energetice și altele, în seama jucătorilor mai puțin importanți de pe piață. Jen a decis să studieze situația în profunzime. Și a reușit să creeze ceva neașteptat: o firmă care a tratat clienții „anoști“ cu foarte multă atenție, de parcă erau cei mai importanți. Compania a început cu trei angajați și a ajuns la aproape 100.

În cartea intitulată The Innovator’s DNA: Mastering the Five Skills of Disruptive Innovators (ADN-ul inovatorului: Cum să deprindem cele cinci abilități ale inovatorilor disruptivi[63])[64], Jeff Dyer, Hal Gregerson și Clayton M. Christensen prezintă interviurile pe care le-au avut cu o sută de antreprenori disruptivi pe tema abilităților importante care sunt cheia succesului antreprenorial. Una dintre abilitățile care s-au evidențiat a fost aceea „de a face conexiuni“, adică de a face

legături între multe domenii, adesea fără legătură între ele. Multe companii încurajează în prezent „abilitatea de a face conexiuni“ prin crearea unor birouri „deschise“, unde colegii lucrează împreună și pe parcursul unei zile pot face conexiuni accidentale. În ceea ce o privește, Jen este încântată să audă permanentul „zumzet“ din birourile în plan deschis din firma ei; dacă aceste idei sunt „polenizate“ de zece ori pe zi, spune ea, firma generează zece idei noi care nu ar fi apărut într-un birou tradițional.

Oferindu-le copiilor, acasă, ocazia „de a face conexiuni“, îi pregătim mai bine pentru viitorul care-i așteaptă. Lăsați copiii să-și urmeze muzele interioare. Lăsați-i să testeze, nu le cereți să știe, căci astfel vor dobândi obiceiul de a integra informația în fel și chip, altfel de fiecare dată. Vorbiți cu ei despre ceea ce îi interesează. Observați dacă, pe măsură ce cresc, pot începe să realizeze propriile conexiuni în privința pasiunilor lor care prind contur. Puneți-le întrebări și lăsați-i să dea răspunsuri expansive, deschise. În acest caz, tehnologia modernă este un instrument extraordinar, căci le oferă copiilor acces la tot felul de informații despre pasiunile lor. Încurajați-i să afle mai multe despre ceea ce le place și să vă împărtășească ce au aflat. Sporiți-le plăcerea de a afla lucruri noi. Este de remarcat faptul că generația Y[65] a adoptat un nou trend, ei își doresc „să jongleze cu cariera“ nu din necesitate, ci pentru că așa vor. Într-un articol din New York Times[66], Sheila Marikar ne oferă o scurtă, dar interesantă incursiune în viața a șase membri ai așa-numitei „slash generation“[67]. Aceşti tineri susțin că nu este necesar să te mulțumești cu o singură carieră, nici în sens cronologic, nici în timp real.

Rețineți, de asemenea, că autorul Rick Newman a oferit dovezi[68] care sugerează următorul lucru: „conceptualizarea“ — arta de a vedea imaginea de ansamblu și de „a uni punctele“ pe care alții nu le unesc — este cea mai importantă „superabilitate“ care promovează succesul în orice domeniu. Newman subliniază faptul că cei mai buni creatori de concepte au această capacitate, în parte pentru că sunt la curent cu numeroase alte tipuri de informație (nu se limitează la cele din zona lor de competență) și își dezvoltă abilitatea și obiceiul de a fi capabili să facă asocieri care le înlătură pe altele și îi conduc spre inovații — și își ilustrează spusele arătând modul în care conceptualizarea poate contribui la succes în orice carieră.

Copiii vor începe să petreacă, odată ce devin adolescenți, tot mai mult timp în camera lor. Acesta este incubatorul lor — locul în care se pot înconjura de toate lucrurile care-i pasionează. Încurajați-i să petreacă timp în universul lor intim,

căci așa vor începe să învețe „să unească punctele“. E bine să petreacă suficient timp în compania prietenilor, căci astfel li se va oferi contextul social în care să-și împărtășească pasiunile și să audă tot felul de lucruri despre pasiunile celorlalți, și vor putea face astfel și mai multe conexiuni. Ați putea crede că doar își pierd timpul, în realitate ei prelucrează toate influențele și vor deveni astfel deosebiți — și vor avea parte de un succes deosebit.

---

[37] „The Role of Higher Education in Career Development: Employer Perceptions“: https://chronicle.com/items/biz/pdf/Employers%20Survey.pdf, decembrie 2012.

[38] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, 10 februarie 2014.

[39] „How to Get a Job at Google“: Thomas L. Friedman, www.nytimes.com/2014, 02/23/opinion/Sunday/friedman-how/to-get-a-job-at-google.html, 22 februarie, 2014.

[40] Thinking outside the box (sau thinking out of the box sau thinking beyond the box) este o metaforă care înseamnă a gândi diferit, neconvențional, dintr-o perspectivă nouă. Această sintagmă se referă adesea la gândirea creativă. Se pare că este creația consultanților de management din SUA, care în anii 1970 și 1980 îi provocau pe clienții lor să rezolve problema celor „nouă puncte“ (să unească 9 puncte așezate simetric, unele sub altele, în șiruri de câte 3, pe o coală de hârtie, folosind 4 linii drepte sau mai puține, fără să ridice creionul și fără să revină pe aceeași linie), a cărei rezolvare necesită o gândire laterală (rezolvarea problemelor printr-o abordare indirectă, creativă, folosind un raționament care nu este evident și implică idei la care nu se ajunge neapărat prin logica tradițională pas cu pas). (N.t.)

[41] „The Creativity Crisis“: Po Bronson și Ashley Merryman, www.newsweek.com/creativity-crisis-74665, 10 iulie 2010.

[42] „Conferințele TED“ (Technology, Entertainment and Design): un eveniment nonprofit dedicat difuzării „ideilor care merită să fie răspândite“. (N.t.)

[43] „How Schools Kill Creativity“: Ken Robinson, www.ted.com/talks/ken_robinson_says_schools_kill_creativity, februarie 2006.

[44] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, aprilie 2014.

[45] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, aprilie 2014.

[46] „Kicking Off Inspired Gifting This Holiday Season, Dell Announces the #Inspire 100“: www.dell.com/learn/us/en/uscorp1/secure/ 2012–11–20–dell-holidays-inspire-100, 20 noiembrie 2012.

[47] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, ianuarie 2014.

[48] Vezi cartea lui Wagner Creating Innovators: The Making of Young People Who Will Change the World, New York: Scribner.

[49] Gândirea contrafactuală este un concept din psihologie care implică tendința omului de a crea alternative posibile la evenimente din viață care s-au petrecut deja, ceva ce este contrar a ceea ce s-a întâmplat de fapt („contrar faptelor“). Gândirea contrafactuală înseamnă să-ți imaginezi ce s-ar fi putut întâmpla, dar nu s-a întâmplat; să-ți imaginezi alternative la evenimente și împrejurări din trecut sau prezente; este tendința de a crede că, dacă împrejurările ar fi fost altele, rezultatul ar fi fost diferit. Gândirea contrafactuală înseamnă să schimbi mental anumite aspecte ale trecutului ca modalitate de a-ți imagina ce s-ar fi putut întâmpla. (N.t.)

[50] Lillard et al., Psychological Bulletin, 2013 (vezi capitolul 1, n. 6).

[51] „Pretense and Possibility — A Theoretical Proposal About the Effects of Pretend Play on Development: Comment on Lillard et al.“: Caren M. Walker și Alison Gopnik, Psychological Bulletin, 2013, 139: 40–44.

[52] „Where Science Starts: Spontaneous Experiments in Preschoolers’ Play“: Claire Cook et al., Cognition, 2011, 120: 341–349.

[53] „Children’s Imitation of Causal Action Sequences is Influenced by Statistical and Pedagogical Evidence“: Daphna Buchsbaum et al., Cognition, 2011, 120: 331–340.

[54] „Patterns of Maternal Directiveness by Ethnicity Among Early Head Start Research Participants“: Jean Ispa et al., Parenting: Science an Practice, 2013, 13: 58–75.

[55] „Expanding Our «Frames» of Mind for Education and the Arts“: Jennifer S. Groff; Harvard Educational Review, 2013, 83: 15–39.

[56] Whole-mindedness, în original în limba engleză. „Conceptul sugerează că fiecare dintre noi deține aceste trei sisteme de procesare cognitivă [vizual-obiectual, vizual-spațial și verbal], care se vor manifesta în mod unic în fiecare individ, însă dezvoltarea cognitivă robustă se datorează prilejurilor de a folosi și de a susține dezvoltarea fiecărui sistem, astfel încât, în cele din urmă, să fie utilizate sinergic“ — J. Groff, citate pe: www.schoolleadership20.com. (N. red.)

[57] „The Art and Craft of Science“: Robert Root-Bernstein și Michele Root-Bernstein, Creativity Now!, 2013, 70: 16–21.

[58] Aarau, capitala cantonului elvețian Aargau sau Argovia. (N.t.)

[59] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, aprilie 2014.

[60] „Arts and Crafts: Critical to Economic Innovation“: Rex LaMore et al., Economic Development Quarterly, 2013, 27: 221–229.

[61] Vezi, de exemplu, letsbond.elmers.com.

[62] „Fueling Creativity in the Classroom With Divergent Thinking“: Stacey Goodman, www.edutopia.org/blog/fueling-creativity-through-divergent-thinking-classroom-stacey-goodman, 18 martie 2014.

[63] Inovația disruptivă înseamnă să faci cât mai simplu ceea ce este complicat, să produci mai ieftin ceea ce se face scump, să creezi valoare prin transformarea lucrurilor existente și creând ceea ce nu există. Inovații care îmbunătățesc un produs sau un serviciu într-un mod neașteptat pentru piață, inițial adresându-se unui alt tip de consumator pe o nouă piață, iar ulterior prin scăderea prețului pe piața existentă. (N.t.)

[64] The Innovator’s DNA: Mastering the Five Skills of Disruptive Innovators: Jeff Dyer et al., 2011, Cambridge: Harvard Business Review Press.

[65] Din generația Y (Millennial Generation, Generation Next sau Net Generation) fac parte persoanele născute în perioada cuprinsă între începutul anilor 1980 și începutul anilor 2000. (N.t.)

[66] „The Lives of Millennial Career Jugglers“: Sheila Marikar, www.nytimes.com/2014/12/07/fashion/the-lives-of-milennial-career-jugglers.htlm, 5 decembrie 2014.

[67] „Slash generation“ (slash = /, bară oblică): o persoană (care face parte, de obicei, din generația Y) cu mai multe competențe/meserii/pasiuni (de pildă, avocat/chitarist) și care, spre deosebire de majoritatea tinerilor, care lucrează din necesitate, preferă să aibă două sau mai multe ocupații, una care îi permite să-și plătească facturile și o alta mai creativă. Acești tineri consideră că a jongla cu cariera este spre binele lor și nu acceptă ideea de a face același lucru, de obicei plictisitor, tot restul vieții. (N.t.)

[68] „This One Uberskill Will Always Keep You Employed“: Rick Newman, Yahoo! Finance, 10 decembrie 2014.

3

Să creștem copii optimiști

Dacă există cu adevărat o trăsătură prin care se remarcă antreprenorii, aceasta este optimismul. În presa de specialitate, dar şi într-o serie de lucrări care au la bază cercetări în domeniu, s-a vorbit deseori despre importanța optimismului în viaţa unui antreprenor. A devenit însă o modă să se sugereze că antreprenorii pot fi prea optimişti — şi că o asemenea „predispoziție spre optimism“ îi poate duce la eşec. Aşadar, optimismul este o trăsătură favorabilă sau defavorabilă pentru întreprinzători?

De peste zece ani, an de an, cetăţenilor elveţieni li s-a cerut să-şi spună părerea despre situaţia economică a ţării[69] în ultimele douăsprezece luni şi să evalueze evoluţia în următoarele douăsprezece luni. Cercetătorii de la Universitatea Lund, analizând aceste date, au constatat că antreprenorii au avut o perspectivă mai favorabilă asupra anului precedent decât restul populaţiei, precum şi o prognoză mai bună pentru anul următor. Să vedem însă dacă punctul lor de vedere pozitiv era realist sau nu. Ei bine, aflaţi că percepţia şi previziunile antreprenorilor corespundeau în mai mare măsură cifrelor economice reale decât cele ale celorlalţi respondenţi. William Frick a scris un articol (pe blogul Harvard Business Review[70]) în care şi-a rezumat astfel opinia privind acest studiu: „Antreprenorii nu au o înclinaţie spre optimism, voi aveţi o predispoziţie spre pesimism“.

Despre optimişti se spune uneori că „văd lumea în roz“ şi că „văd jumătatea plină a paharului“ , dar e foarte posibil ca ei să fie mai ancoraţi în realitate decât pesimiştii. Psihologii Charles S. Carver şi Michael F. Scheier[71] — care sunt consideraţi cei mai importanţi specialişti în domeniul optimismului din ultimele decenii — au o părere mai nuanţată despre acest studiu şi spun că există un nivel optim de optimism, care este destul de mare, dar nu exagerat. După cum afirmă Carver şi Scheier, optimismul, ca trăsătură (particularitate), are atât o

componentă cognitivă (ideea că rezultatele viitoare vor fi pozitive), cât și o componentă motivațională („oamenii optimiști se străduiesc, fac toate eforturile să reușească, în timp ce oamenii pesimiști nu fac nici cel mai mic efort“). Cei care au puterea de a gândi pozitiv nu cred că li se vor întâmpla lucruri bune ca prin farmec, ei consideră mai degrabă că, depunând efortul necesar într-o anumită situație, pot face lucrurile să meargă mai bine. Ceea ce contează este să faci ceva. Astfel încât, în măsura în care optimiștii se implică și fac ceva, ei au un anumit avantaj. Iar acel avantaj începe cu ei înșiși.

„VIAȚA E FRUMOASĂ“

John Jacobs, cofondator (împreună cu fratele său Bert) și principalul optimist creator al stilului de viață „Life is good“ („Viața e frumoasă“)[72], exemplifică avantajele optimistului. În 1989, el și fratele său Bert au creat primul lor produs, un tricou. Fără să aibă vreo pregătire în domeniul afacerilor sau un plan, au început să-și vândă tricourile pe străzile orașului Boston și în căminele studențești pe Coasta de Est. Timp de cinci ani, au dus-o destul de greu: dormeau în furgoneta lor și mâncau sandviciuri cu unt de arahide și gem. Apoi, în 1994 au creat un tricou pe care apărea un personaj pe nume Jake. Acesta era o caricatură zâmbitoare, cu o șapcă haioasă, care transmitea un mesaj simplu, optimist: „Viața e frumoasă“. Acesta era principiul fundamental care stătea la baza vieții celor doi frați, principiul după care se ghidau și pe care-l respectau cu sfințenie. Tricoul cu Jack a avut mare succes, au fost vândute toate cele patruzeci și opt de bucăți din prima serie într-o singură după-amiază. În prezent, „Life is good“ este o companie cu un profit de 100 de milioane de dolari, al cărei scop este să răspândească acest mesaj optimist.

Un sceptic ar putea spune că antreprenorilor care se bucură de un succes fulminant le este ușor să promoveze un astfel de mesaj, pentru că viața lor chiar este frumoasă. Nu uitați însă că viața fraților Jacobs nu a fost deloc ușoară la începuturile afacerii lor, iar optimismul — faptul că ei au crezut că viața lor e frumoasă chiar și atunci când le era greu — i-a ajutat să depășească această perioadă. Ne putem întreba, pe bună dreptate, cum de au avut forța să gândească pozitiv chiar și în vremuri dificile? John Jacobs ne-a mărturisit că meritul este al părinților lor, deși copilăria lor nu a fost deloc îndestulată. Erau șase copii la

părinți, locuiau într-o casă mică, dar datorită părinților au trăit într-un climat emoțional pozitiv. „Am fi avut multe motive să ne plângem, numai că în fiecare dimineață, când ne trezeam în paturile noastre suprapuse, o auzeam pe mama cântând sau râzând. Ea își propusese să dea atenție numai lucrurilor care o fac să râdă sau lucrurilor care le-ar plăcea copiilor ei. Nu se necăjea și nu-și făcea probleme dacă ardea pâinea prăjită a nu știu câta oară sau dacă unul dintre copii se ducea la școală în papuci pentru că nu-și găsea încălțările.

„Ideea de a alege doar anumite lucruri cărora să le dai atenție este piatra de temelie a unei vieți fericite pentru părinte și copii“, ne-a spus John Jacobs. „Vrei ca un copil, copilul tău, să crească gândindu-se cât este de norocos și ce grozavă este lumea în care trăiește și cât de multe ocazii se ivesc în fiecare zi să facă lucruri noi și să se dezvolte ca persoană? Nu mi se pare nimic ciudat în asta; căci eu exact așa gândesc.“

Și noi gândim la fel — iar cele mai recente studii pe tema dezvoltării copilului confirmă că avem dreptate. De vreme ce optimismul constituie un avantaj în carieră și viață, părinții trebuie să facă tot posibilul să-l insufle copiilor lor. Este suficient să creăm un mediu pozitiv acasă, și astfel părinții își pot ajuta copiii, pe măsură ce cresc, să devină mai curajoși, mai fericiți, mai energici.

ESTE POSIBIL PARENTINGUL FERICIT?

La prima vedere, astfel de afirmații pot părea greu de crezut din cauza unui pesimism îndârjit care domină cultura parentingului. Lilah M. Alphonse, redactor-șef la „Yahoo! Shine“[73], se întreba într-o postare pe blog dacă nu cumva „ultima modă“ sunt părinții care detestă parentingul. Și în bestsellerul lui Jennifer Senior All Joy and No Fun: The Paradox of Modern Parenthood[74] se apreciază că, în prezent, creșterea copiilor este o corvoadă zilnică ce poate fi istovitoare și epuizantă emoțional.

Creșterea copiilor poate fi istovitoare și stresantă — din nenumărate motive. Fiecare părinte a avut parte de o zi în care aproape nimic nu a mers cum trebuie. În opinia unor specialiști, experiența parentingului nu este însă doar epuizantă și dificilă. Richard (în colaborare cu alți cercetători) a studiat mii de părinți prin

intermediul interviurilor, al chestionarelor şi observându-i în mod direct. Concluziile sale dezvăluie multe lucruri despre calitatea şi dinamica relaţiei părinte–copil. Unii părinţi au vorbit despre o experienţă parentală pozitivă în ansamblu; în pofida ciondănelilor şi dificultăţilor zilnice, ei au păstrat un stil în esenţă pozitiv de interacţiune cu copiii lor. Alţi părinţi nu au părut la fel de mulţumiţi şi au avut o interacţiune mai greoaie cu copiii lor. Aceste interacţiuni au generat un climat familial care influenţează părerea pozitivă sau negativă pe care o au tinerii despre ei înşişi.

V-aţi putea întreba, pe bună dreptate, dacă genetica are un rol important: oamenii se nasc pur şi simplu optimişti sau pesimişti? Părinţii fericiţi au un tip de ADN protector care îi imunizează împotriva presiunilor parentingului? Lucrurile nu stau chiar aşa. Richard a întreprins o serie de studii pentru a afla cum „acţionează“ depresia în familii[75], ţinând cont deopotrivă de impactul genelor şi al mediului. Au vreo importanţă genele în aceste studii? Da, dar efectul nu este atât de puternic cum ar putea crede unii — de fapt, mediul asigură la fel de multă putere explicativă (dacă nu chiar mai multă) decât efectele genetice. Genele au o influenţă mult mai mică decât se crede asupra tulburărilor emoţionale şi comportamentale şi asupra trăsăturilor.

Studiile despre optimism bazate pe genetică din ultimele decenii evidenţiază acest lucru. Cercetătorii australieni au examinat aproape 4 000 de perechi de gemeni adulţi[76] — unii identici, iar alţii fraterni — cărora li s-a cerut să-şi evalueze nivelul de optimism. S-a calculat apoi în ce măsură optimismul este „moştenit“; în cazul femeilor, procentual, rolul genelor era de 27–47%, iar în cazul bărbaţilor era de doar 8–10%. Factorii de mediu — mediul în care creşte copilul şi experienţele de viaţă — au jucat cel mai important rol în modelarea copiilor ca optimişti sau pesimişti.

PARENTINGUL — PROBLEME TIMPURII

Oamenii de ştiinţă şi clinicienii au crezut multă vreme că bebeluşii vin pe lume cu temperamentul şi personalitatea lor. Şi părinţii cred deseori că este aşa. Unii sugari sunt cuminţi şi par să se adapteze foarte uşor; alţii sunt mai pretenţioşi şi mai dificili. În ultimele decenii s-au întreprins nenumărate studii care susţin

ideea că factorii genetici influențează, în parte, caracteristicile temperamentale, iar dovezile sugerează că personalitatea nu este „moștenită“ în sensul clasic. Da, genele influențează predispoziția unui copil de a reacționa emoțional sau de a fi relaxat într-o anumită situație, dar contează și mediul în care crește copilul — mult mai mult decât credem mulți dintre noi.

Un important studiu publicat în 2011 demonstrează clar acest principiu, evidențiind faptul că un parenting negativ poate transforma un copil fericit într-un copil negativ, dificil. Cercetătorii Michael Lorber și Byron Egeland au analizat datele provenind de la 267 de copii[77] începând din prima săptămână de viață până în clasa I. Ei au vrut să vadă ce reacție au bebelușii capricioși, irascibili în cazul unui parenting pozitiv (o atitudine caldă și încurajatoare) în comparație cu un parenting negativ (atitudine ostilă și amenințătoare). Bebelușii dificili vor deveni niște copii agitați și se vor purta urât când vor intra la școală numai când vor avea parte de un parenting negativ?

Observatori cu pregătire specială au consemnat comportamentul bebelușilor la șapte și zece săptămâni, evaluându-le și nivelul de iritabilitate. Au vizitat apoi aceleași familii când sugarii aveau trei și șase luni și le-au cerut mamelor să aprecieze cât de dificili sau cât de agreabili sunt copiii lor. În timpul acestor vizite, echipa de cercetare le-a observat și pe mame în timp ce alăptau și le-au evaluat în funcție de cât de mult își dezmierdau copiii și cât de drăgăstos le vorbeau sau, dimpotrivă, de cât de enervate, frustrate și dezgustate păreau.

În cele din urmă, cercetătorii le-au invitat pe mame să vină cu copiii, care aveau acum vârste cuprinse între doi ani și trei ani și jumătate, la un laborator de la universitate. Le-au dat mamelor și copiilor să rezolve niște puzzle-uri al căror grad de dificultate creștea treptat și le-au înregistrat comportamentul. Cercetătorii au remarcat și consemnat diverse manifestări de ostilitate la mame, inclusiv furie, respingere și dezaprobarea soluțiilor găsite de copiii lor pentru rezolvarea problemelor. Cercetătorii au constatat în egală măsură cât de enervați erau copiii și au numărat de câte ori aceștia au respins rezolvările sugerate de mamele lor.

Rezultatele au dezvăluit aspecte interesante. Mamele și copiii au avut în mod vădit un comportament „mutual“; când unul avea o atitudine negativă, la fel reacționa și celălalt — și invers, când unul avea un comportament pozitiv, și celălalt reacționa pozitiv. Contrar tuturor așteptărilor, temperamentul timpuriu al bebelușilor nu le-a oferit cercetătorilor aproape nicio informație despre perechile

mamă–sugar care au interacționat cu precădere negativ. Singurul element distinctiv a fost intensitatea reacției pozitive și negative a mamelor când copiii aveau între trei și șase luni. Bebelușii dificili, irascibili, care au fost tratați cu multă afecțiune de mamele lor păreau să aibă o relație bună cu mama în primii ani de viață (în special la „teribila vârstă de doi ani“). Sugarii liniștiți care au avut parte de o atitudine profund negativă din partea mamelor au sfârșit prin a avea o relație conflictuală cu mamele lor și după ce au crescut. Indiferent de temperamentul pe care-l aveau când au venit pe lume, copiii au ajuns să se poarte în mare măsură la fel ca mamele lor.

„Atitudinea negativistă a părinților în prima copilărie poate influența comportamentul de mai târziu al copilului.“

Echipa de cercetare a continuat să studieze acești copii pe măsură ce au crescut și după ce au început școala. Rezultatele au fost uluitoare. Copiii care aveau o relație predominant negativă cu mama au întâmpinat mult mai multe probleme la școală. Ei erau mai obraznici, nu se puteau controla și erau agresivi. Iată ce concluzie desprindem de aici: „Atitudinea negativistă a părinților în prima copilărie poate influența comportamentul de mai târziu al copilului“. Un nou-născut care este fericit și cuminte poate deveni cinci ani mai târziu un „copil problemă“, obraznic și necuviincios dacă relația părinte–copil este dominată de negativism. Presiunea emoțiilor parentale și a climatului familial nu doar influențează, ci deseori ignoră tendința „înnăscută“ a unui copil de a fi mai mult sau mai puțin fericit.

RĂDĂCINILE EMOȚIONALE ALE OPTIMISMULUI

Deși este un lucru banal să spui că un mediu pozitiv este preferabil unui mediu negativ, legătura acestui adevăr cu optimismul a fost mai puțin avută în vedere. Putem arunca o privire asupra efectului pe care îl au părinții asupra optimismului analizând modul în care un copil mic sau un antepreșcolar reacționează când este

frustrat, mai ales atunci când trebuie să îndeplinească o sarcină dificilă. Cum învaţă copiii să-şi gestioneze trăirile când ceva este greu de controlat, dobândind „combustibil“ cognitiv pentru a insista şi a nu renunţa? Antreprenorii reuşesc tocmai pentru că posedă un astfel de combustibil cognitiv. Chiar dacă şansa nu le surâde când încep o afacere, ei nu renunţă pentru că sunt convinşi că vor reuşi. Încearcă să-şi dea seama ce ar putea schimba şi se comportă productiv. La asta ne gândim când spunem despre un antreprenor că este „optimist“.

Timp de decenii, cercetătorii au considerat sarcinile greu de rezolvat o fereastră prin care se poate observa naşterea abilităţii de a persevera în faţa dificultăţilor. În cadrul studiilor de cercetare, copiilor mici li se dau probleme cu diverse grade de dificultate, iar cercetătorii le observă comportamentul şi emoţiile în timp ce micuţii încearcă să le rezolve. Unii copii nu se vor da bătuţi, vor fi foarte atenţi şi se vor strădui din răsputeri până îşi vor da seama cum trebuie să procedeze sau până când li se spune că se pot opri. Alţi copii, după ce-şi vor da seama că nu pot rezolva problema uşor, nu vor mai fi atenţi. Iar alţii se vor enerva de la început şi nici măcar nu vor mai încerca să o rezolve.

Aceste deosebiri la nivelul reacţiilor copiilor sunt foarte importante; ele evidenţiază în ce măsură sunt copiii apţi pentru activităţile şcolare şi cum se vor comporta la şcoală. Copiii care îşi pot controla emoţiile negative provocate de frustrare şi care au o atitudine pozitivă, mai hotărâtă, sunt mai pregătiţi pentru problemele pe care le vor avea de înfruntat la şcoală. Vă întrebaţi, probabil, pe bună dreptate, dacă aceştia sunt mai puţin frustraţi pentru că se descurcă mai uşor la rezolvarea problemelor decât ceilalţi copii. Iată de ce cercetătorii folosesc şi probleme care nu pot fi rezolvate — ei încearcă să evalueze în ce măsură copiii pot face faţă unei situaţii dificile care nu se va încheia cu o reuşită.

Cercetătorii sunt atenţi şi la modul în care reacţionează părinţii atunci când copiii lor au de rezolvat probleme dificile.[78] Reţineţi, părinţii nu ştiu că sunt „incluşi“ în experiment — ei ştiu doar că micuţul lor va rezolva nişte probleme şi că ei îşi pot ajuta copilul cum doresc. Unii părinţi recunosc că problemele sunt dificile şi-şi încurajează copilul să încerce să le rezolve; alţii se enervează deoarece copilul nu reuşeşte să găsească soluţia; iar unii chiar îşi mustră copilul pentru că nu şi-a dat seama cum trebuie rezolvate.

În astfel de momente din viaţa unui copil, părinţii pot pune bazele pentru formarea gândirii optimiste — chiar şi în primii trei ani de viaţă. Ei pot obişnui copilul să persevereze chiar şi atunci când nu va fi încununat de succes. Când un

copil se străduiește din răsputeri, părinții nu ar trebui să pretindă că totul merge bine sau că se va întâmpla o minune din senin. Să fii optimist nu înseamnă să crezi în „minuni“. Ba chiar dimpotrivă, să fii optimist înseamnă să accepți sau chiar să alegi provocările și să încerci să-ți dai seama cum să le rezolvi — cercetătorii numesc acest lucru „toleranța la frustrare“. Ca părinte, dacă te înfurii sau te necăjești și lași aceste emoții să scape de sub control, nu vei face decât să-ți descurajezi copilul și să-i slăbești abilitatea de a învăța și de a face față situațiilor dificile.

Părinții își pot observa copiii și-și pot da seama cât de des cad pradă unei frustrări inutile. Copiii frustrați — iar acest lucru li se întâmplă pe neașteptate — ar trebui să fie ajutați să se liniștească; trebuie să li se spună, cu toată sinceritatea, că, deși este firesc să te înfurii, să fii frustrat, este foarte important să nu te dai bătut. De asemenea, fiți atenți la copiii care pur și simplu evită o provocare. Dezangajarea este și ea un semn de frustrare — iar cea mai bună soluție este și de astă dată să-i încurajați. Nu mai fiți atât de pretențioși! Dacă e vorba de un puzzle, oferiți-le câteva sugestii care să-i ajute să găsească mai repede piesele potrivite.

Gândiți-vă o vreme cum îi puteți modela copilului perseverența. Vă pierdeți cu firea când sunteți într-o situație dificilă? Oftați și vă plângeți? Aruncați lucruri pe jos? Folosiți formule precum „dă-o-ncolo de treabă!“ și plecați furios? Țineți minte! Copiii vă observă și există posibilitatea să vă copieze comportamentul. Copilul dumneavoastră va avea de înfruntat o mulțime de probleme școlare, sociale și personale. Multe dintre temele pentru acasă, teste și lecții vor fi grele. Este posibil să aibă probleme la școală cu ceilalți copii. Este posibil să dea greș la început la sport sau la desen, sau la muzică. Dacă vă învățați copilul să abordeze o modalitate proactivă de a ieși din situațiile dificile — ceea ce veți reuși dacă faceți acest lucru în mod sistematic și bine gândit —, îl veți ajuta să fie perseverent în viață. Copiii vor învăța că merită să ai o atitudine pozitivă și să nu te dai bătut.

PĂRINȚII OPTIMIȘTI ÎI AJUTĂ PE COPII SĂ FACĂ FAȚĂ ÎNCERCĂRILOR VIEȚII

La maturitate, știm că atunci când ne confruntăm cu greutățile vieții — un divorț, probleme bănești sau o boală gravă — este mult mai indicat să adoptăm o atitudine optimistă, să nu ne pierdem speranța. Un motiv ar fi, după cum am văzut, faptul că optimiștii se remarcă printr-o percepție realistă a lucrurilor. Ei acceptă realitatea, ceea ce le permite să găsească o soluție — o posibilitate — de a-și îmbunătăți viața. Iată concluzia la care au ajuns psihologii Carver și Scheier[79]: „Optimiștii… nu procedează precum cei mai mulți dintre noi, adică nu-și ascund capul în nisip ca struțul, ca să nu fie obligați să înfrunte pericolele… Optimiștii sunt mult mai încrezători decât pesimiștii că eforturile lor vor fi încununate de succes. Iată de ce ei se grăbesc să se arunce în vâltoare când situația o cere“.

Oare acest principiu este valabil în cazul parentingului? O echipă de specialiști a urmărit progresele înregistrate de un grup de aproape 400 de copii în vârstă de zece ani[80] care au fost crescuți de mame singure ce se confruntau cu serioase probleme bănești. Venitul mediu în aceste familii era de circa 20 000 de dolari pe an, adică mai mic decât venitul mediu național. Acești cercetători au vrut să vadă în ce măsură dificultățile bănești afectau familia și în ce măsură erau afectați copiii în timp de situația familială.

Pe parcursul a șase ani, cercetătorii le-au cerut de trei ori mamelor și copiilor să completeze niște chestionare. Mamele au relatat cât sunt de stresate, neliniștite și deprimate; au indicat, deopotrivă, cât sunt de furioase din cauza copilului sau cât de mult îl iubesc, precum și în cât de mare măsură sunt implicate în viața de zi cu zi a copilului (de pildă, cât de mult îl ajută la temele pentru acasă). Cu ajutorul chestionarelor au fost înregistrate și experiențele copiilor; ei au relatat de cât de multă afecțiune se bucură din partea mamelor lor, precum și cât de des se înfurie și îi ceartă acestea. Echipa de cercetători a adunat și date despre comportamentul copiilor la școală și despre rezultatele lor la învățătură.

După cum probabil vă așteptați, multe dintre mamele chestionate erau profund afectate de stres. Multe dintre ele erau deprimate, se înfuriau deseori și își certau copiii, le ofereau în mai mică măsură afecțiune, făceau față cu greu problemelor emoționale ale copiilor și nu reușeau să controleze decât în mică măsură comportamentul copiilor lor. S-a evidențiat însă un lucru: nu toate familiile au reacționat negativ pe parcursul celor șase ani, deși toate se confruntau cu aceleași constrângeri materiale. Unii părinți păreau să facă față destul de bine problemelor financiare — iar acest lucru era în avantajul copiilor. Mamele din aceste familii reușeau în mai mare măsură să-și susțină copiii atât în privința

problemelor şcolare, cât şi a celor legate de dezvoltarea lor. Copiii acestor femei aveau rezultate bune la învăţătură şi mergeau cu plăcere la şcoală. Ei evoluaseră mai bine şi din punct de vedere emoţional şi social, şi aveau mai puţine probleme de comportament.

Optimismul era factorul-cheie care le deosebea pe aceste mame de celelalte. Aceste mame sperau ca lucrurile să meargă bine chiar şi atunci când le era mai greu; ele au încercat să menţină o atmosferă pozitivă în familie, să-şi controleze şi să-şi reprime pornirile ostile şi să vină în întâmpinarea nevoilor copiilor lor. Copiii lor au devenit nişte adolescenţi cu importante abilităţi emoţionale şi sociale, motivaţi să îşi termine studiile şi să reuşească. Optimismul matern este, într-adevăr, un element extrem de util împotriva stresului, menit să-i protejeze pe copii şi să contribuie la o dezvoltare corespunzătoare chiar şi în cele mai vitrege condiţii.

Cercetătorii nu se bazează niciodată pe constatările unui singur studiu, indiferent cât de profesionist a fost organizat. Ei ştiu că datele sunt cu adevărat concludente numai atunci când pot repeta un studiu şi ajung la aceleaşi concluzii. Este important aşadar că s-a mai întreprins un astfel de studiu[81], în care au fost incluse familii cu o situaţie materială precară, din nordul Californiei, şi s-a ajuns la aceeaşi concluzie. Mamele optimiste care au participat la acest al doilea studiu, în pofida dificultăţilor materiale cărora trebuiau să le facă faţă, erau mult mai prezente şi mai implicate în viaţa copiilor lor şi aveau nişte copii mai sănătoşi, mai fericiţi, cu rezultate mai bune la învăţătură şi mai dornici să reuşească în viaţă.

Aceste studii ar trebui să fie o pildă pentru părinţii mai încercaţi de soartă; concluziile acestor studii sugerează că părinţii pot avea o influenţă pozitivă majoră asupra copiilor lor chiar şi în cele mai dificile perioade. Şi, haideţi să fim sinceri: la un moment dat în viaţă, aproape orice familie se confruntă cu o nenorocire. Iar în aceste perioade dificile pentru familie este de un real folos să ştii că poţi face ceva bun pentru dezvoltarea copilului. Oamenii optimişti ştiu să găsească întotdeauna o portiţă de scăpare, o soluţie chiar şi pentru cele mai dificile probleme. Şi părinţii trebuie să procedeze la fel.

CUM SĂ-ŢI CREŞTI COPIII PENTRU A AVEA SUCCES: SUSŢINERE VERSUS SEVERITATE

Dacă avem în vedere cât de mult contează să-i încurajăm pe copiii care trăiesc în condiții grele, n-ar fi mai bine să-i îndemnăm din răsputeri pe copiii noștri să reușească într-o lume competitivă ca a noastră? Dacă nu le cerem să facă tot posibilul, să dea cât pot de mult, nu se vor lăsa pe tânjală? Nu cumva, dacă suntem prea indulgenți cu ei, copiii noștri vor deveni niște „lasă-mă să te las“ și nu vor realiza nimic în viață?

Amy Chua a inventat formula „mama tigroaică“[82], formulă omniprezentă acum în lumea parentingului. Opinia autoarei despre cât de pretențioși trebuie să fim cu copiii noștri este însă un loc comun. Pentru unii tineri, „stresul școlar“ atinge cote maxime — iar această situație domnește de multă vreme în universitățile importante. Richard își amintește primul an de studii la Yale. Pe vremea aceea nu existau telefoane mobile; studenții aveau la dispoziție un singur telefon, instalat de obicei pe holul unde aveau camerele, iar convorbirile telefonice puteau fi auzite practic de oricine. Mulți studenți își sunau părinții săptămânal; de cele mai multe ori îi asigurau strigând, căci legăturile nu erau întotdeauna cele mai bune, că, da, se străduiesc din răsputeri să învețe, ca să ia cele mai mari note posibil — de parcă nu era de ajuns că trebuiau să facă față presiunii de a avea printre colegi studenți care obținuseră și ei numai note mari în liceu. Vă puteți imagina, așadar, cum decurge viața unor astfel de copii în prezent, când fiecare are un telefon mobil.

Desiree Qin, profesor de psihologie la Michigan State University, a studiat timp de aproape un deceniu parentingul în familiile americane de origine asiatică. Bazându-se pe rezultatele acestor cercetări, Qin consideră că acest stil de parenting nu este neapărat optim[83] pentru dezvoltarea copiilor: „Când asupra copiilor se exercită prea multe presiuni și sunt bătuți la cap să realizeze mai mult decât colegii lor, se înregistrează un procent mai mare de conflicte cu părinții și relații mai reci și mai distante cu aceștia. Bineînțeles că acești copii sunt mai puțin fericiți, deseori sunt deprimați și anxioși și au mai puțină stimă de sine…“

Unii copii care au „părinți tigri“ continuă însă să aibă rezultate foarte bune la învățătură, dar deseori au probleme emoționale. În cadrul unuia dintre studiile sale, Qin a analizat două grupuri de copii cu performanțe școlare[84]: din primul grup făceau parte copii cu probleme emoționale, iar din al doilea copii sănătoși mental. Factorul esențial care diferenția aceste două grupuri era parentingul: rezultatele testelor au evidențiat că o mai bună sănătate mentală a copiilor era

asociată cu mai mult timp petrecut de părinţi cu copiii şi o mai mare libertate de mişcare pe care părinţii au acordat-o copiilor. Studiul lui Qin demonstrează că acei copii care beneficiază de relaţii bune cu părinţii pot obţine rezultate impresionante la învăţătură fără să aibă probleme emoţionale.

Să revenim la primul an de studii la Yale. Mai toţi studenţii trec printr-o perioadă de adaptare emoţională, indiferent din ce mediu provin. Facultatea a fost un joc nou cu jucători noi, iar nivelul competiţiei a fost ridicat la cele mai înalte cote. Nimeni nu mai era „cel mai inteligent copil din clasă“ — pentru că toţi erau la fel de inteligenţi. Adaptarea la o astfel de situaţie a impus o anumită flexibilitate emoţională şi cognitivă, precum şi conştiinţa faptului că poţi să surmontezi obstacole şi să faci faţă dificultăţilor. Toţi copiii trebuie să aibă o doză de optimism pentru a putea depăşi obstacolele pe care le întâlnesc în cale. Universităţile au început să înţeleagă acest lucru. Massachusetts Institute of Technology (MIT) — una dintre cele mai riguroase universităţi din lume — a adoptat o nouă politică: în primul semestru din primul an de studiu nu se acordă note. Acest lucru le permite studenţilor din primul an să se adapteze la cerinţele facultăţii fără să simtă presiunea imediată a notelor şi a consecinţelor unor note proaste. Studenţii începători au nevoie de timp să-şi dea seama cum să se adapteze corespunzător la noua lor viaţă. Părinţii le pot veni în ajutor copiilor oferindu-le situaţii similare la care trebuie să se adapteze din mers, corespunzător. Acest lucru îi va pregăti pentru a putea face faţă concurenţei de mai târziu în cele mai competitive medii.

OPTIMIST ŞI PESIMIST — UN MOD DE GÂNDIRE

Până acum am vorbit despre componenta emoţională a optimismului. Există însă, în egală măsură, şi o dimensiune cognitivă. Să începem cu primul stadiu al copilăriei. Să ne amintim de studiile menţionate mai devreme care se axau pe emoţiile părinţilor şi pe modul în care bebeluşii/copiii mici reacţionau la acestea. Studiile au evidenţiat faptul că acele experienţe pot prezice dacă sugarii respectivi vor avea o abordare optimistă sau pesimistă a vieţii. John Jacobs, fondatorul companiei „Life is Good“, a înţeles intuitiv acest lucru; când l-am întrebat dacă se considera un optimist în copilărie, ne-a spus: „Sunt sigur că nu ştiam cuvântul potrivit pentru asta şi nici nu înţelegeam ce înseamnă să fii

optimist. Cred însă că eu și fraţii mei am simţit ce-nseamnă să fii optimist acasă și îi suntem datori mamei pentru asta. Am crescut învăţând să ne bucurăm de viaţă. Am avut în preajmă oameni care ne-au făcut să râdem și care ne-au ridicat moralul“.

Așa se petrec lucrurile. Cei care au norocul să trăiască de mici într-o atmosferă pozitivă vor ajunge, cel mai adesea, să gândească optimist — chiar înainte de a ști ce este optimismul. Reţineţi, ne referim la un tip realist de optimism — nu la evitarea realităţii —, care se concentrează asupra a ceea ce poate fi făcut acum pentru a face ceva mai bine. Creierul unui copil înregistrează tot în primii ani de viaţă și transformă ceea ce înregistrează într-un mod obișnuit de a aborda lumea: „Poate că nu tot ceea ce mi se întâmplă este extraordinar acum, dar ce pot face să îmbunătăţesc lucrurile? Ce îmi stă în putere să fac?“

Cercetătorii de la Universitatea Notre Dame au constatat că elevii (din clasele a II-a până la a IX-a)[85] care au crescut în preajma unor părinți cu o gândire negativă manifestă emoții negative: sunt trişti, retraşi și uneori au accese de furie. Pe măsură ce cresc, în special la gimnaziu și în timpul tranziției spre liceu, au tendința de a dobândi un „stil de atribuire negativ“. Adică, ei ajung să se aștepte să li se întâmple lucruri rele și le este greu să vadă și aspectele pozitive ce ar putea fi prezente în situaţiile negative. Ei nu cred că stă în puterea lor să li se întâmple lucruri bune. Și invers, dacă li se întâmplă ceva rău, sunt convinși că e numai din vina lor. Cercetătorii au constatat, în schimb, că, în general, copiii ai căror părinți au o gândire pozitivă și le oferă copiilor lor un mediu de dezvoltare pozitiv au cu totul altă părere despre ei și despre lume: ei se consideră capabili ca, prin faptele lor, să dea un curs pozitiv vieții și sunt încrezători că au capacitatea de a profita într-un anumit fel și de pe urma situaţiilor defavorabile. Ei au înţeles că, atunci când sunt într-o situație dificilă, trebuie să-și asume riscul de a schimba lucrurile în favoarea lor.

După cum vă așteptați, copiii care dobândesc un stil de atribuire pozitiv sunt mult mai bine înzestrați să înfrunte momentele dificile ale vieții în perioada și așa frământată a adolescenței. În Australia s-a făcut un studiu în care au fost incluși peste 5 600 de adolescenți din clasele VIII–X; copiii optimiști, a evidențiat studiul, au fost cu 50% mai puțin predispuși să fie afectați de depresie până în clasa a X-a. La aceste vârste începe să se formeze stilul cognitiv al copiilor, iar modul în care se manifestă părinții le spune copiilor multe despre modul în care aceștia văd lumea. În calitate de părinți, le dați de înțeles copiilor faptul că nu aveți niciun control asupra evenimentelor din viața voastră, în

special asupra celor negative? Obișnuiți să spuneți „nu avem ce face“ când trebuie să găsiți o soluție pentru a ieși dintr-o situație dificilă la locul de muncă? Nu vă simțiți în stare să faceți nimic pentru a vă îmbunătăți situația financiară?

Să nu credeți că vrem să spunem că este mai bine să evitați să vorbiți despre dificultățile pe care le aveți de înfruntat în viață și să pretindeți că totul e foarte bine, când, de fapt, nu e deloc așa. Multe studii evidențiază, de pildă, faptul că optimiștii se refac mai repede după o problemă de sănătate decât pesimiștii; ei acceptă cu mai multă ușurință etapele pe care le au de parcurs pe lungul drum spre însănătoșire. Așadar, încurajându-vă copilul să adopte un stil cognitiv pozitiv cu privire la realitățile vieții transmiteți mesajul că puteți găsi întotdeauna o cale de a ieși dintr-o situație dificilă și de a schimba lucrurile în favoarea voastră.

Același tip de abordare este necesar să adoptați și atunci când copiii vă vorbesc despre viața lor. Copiii se confruntă cu tot felul de probleme, inclusiv multe care implică tot felul de elemente pe care nu le pot controla. Poate au un profesor care nu le place și drept urmare iau tot timpul note mici. Gândiți-vă cum ați putea aborda această problemă. Ați putea spune „viața e grea“ și că trebuie să tacă și să înghită; ați putea spune că îi veți muta în altă clasă; sau ați putea spune că uneori ni se întâmplă lucruri care nu ne sunt pe plac și că probabil nu este nici prima, nici ultima oară, dar că este important să încercăm să găsim o cale de a îmbunătăți lucrurile. Dacă alegeți ultima abordare, ați putea solicita o întâlnire cu profesorul respectiv, la care să participe și copilul, iar în timpul discuției să încercați să găsiți împreună soluții care să poată fi puse în practică și în clasă, și acasă. Ați putea recurge și la ajutorul unui profesor în particular. Indiferent de formula aleasă, transmiteți-i copilului mesajul că înțelegeți cum stau lucrurile și că este important să găsiți o cale de a îmbunătăți situația. Acest tip de abordare a problemelor și eșecurilor îi permite copilului să se gândească ce stă în puterile lui, fără să-și facă iluzii deșarte.

ÎN CE CONDIȚII PREDOMINĂ GÂNDIREA POZITIVĂ?

Cercetătorii de la Universitatea California, Davis, au făcut pași importanți[86] studiind dezvoltarea optimismului. Ei au vrut să vadă în ce măsură copiii

folosesc gândirea pozitivă în cazul situațiilor din viața de zi cu zi și când se întâmplă acest lucru de obicei în perioada copilăriei. Ei le-au prezentat copiilor (cu vârste cuprinse între cinci și zece ani) o poveste ilustrată în care două personaje treceau prin aceleași întâmplări, dar aveau o atitudine diferită față de aceste evenimente — unul avea o atitudine pozitivă, celălalt negativă. Unele dintre evenimentele prezentate erau pozitive, altele negative. Iată un exemplu de scenariu negativ:

Doi copii merg cu o bicicletă de două persoane. Bicicleta se răstoarnă și amândoi își rup câte o mână. Unul dintre copii spune că e „tare“ pentru că li se va pune mâna în ghips, iar prietenii lor se vor putea semna pe el. Celălalt copil spune că ghipsul le va da mâncărimi și nu se vor putea juca.

Copiii trebuie să explice apoi la ce s-a gândit fiecare personaj și de ce a gândit astfel; li s-a spus apoi să aprecieze cum se simțea fiecare dintre personaje și de ce se simțeau diferit. Toți copiii și-au dat seama că cele două personaje simt și gândesc diferit, dar copiii mai mari au oferit anumite explicații care dovedeau că sunt conștienți ce înseamnă să fii optimist. Când a vrut să explice întâmplarea care a dus la ruperea mâinii personajelor, unul dintre copii a spus: „Acest copil vede latura pozitivă a întâmplării și e bine… căci oricum nu mai era nimic de făcut; el încearcă să ia lucrurile așa cum sunt“.

Explicațiile copiilor nu au depins numai de vârsta lor, ci și de cât de optimist se considera a fi fiecare dintre ei. Copiii care considerau că nu stau prea bine în privința optimismului (ceea ce a reieșit în urma răspunsurilor date de ei la un chestionar creat anume pentru asta) și-au dat seama că cele două personaje au reacționat diferit, dar nu li s-a părut că e nimic rău în faptul că un personaj a avut o reacție negativă la un eveniment pozitiv. În schimb, copiii care se considerau optimiști au înțeles mai profund deosebirea dintre personaje și au putut spune în cel mai firesc mod posibil că personajele negative sunt înclinate să gândească negativ; ei au perceput pesimismul ca pe ceva care pune stăpânire pe tine, te face prizonier, și e mai bine să fie evitat. La vârsta de zece ani, acești copii înțelegeau deja că anumite atitudini pot îmbunătăți lucrurile, în timp ce altele nu fac decât să înrăutățească și mai mult o situație. Acest studiu a mai evidențiat un lucru important: elementul care poate indica în cea mai mare măsură care dintre copii

gândesc și vorbesc ca o persoană optimistă este nivelul de optimism al părinților lor.

Copiii „absorb“ într-adevăr emoțiile și modul de a percepe realitatea din jur de la părinții lor. Ei învață să privească situațiile problematice printr-o prismă optimistă sau pesimistă, fie că e vorba de un puzzle dificil pe care trebuie să-l rezolve un copil mic în laboratorul de cercetare, fie că e vorba de dificultățile materiale cu care se confruntă un elev în anii de școală. Iar când au ajuns la gimnaziu, și-au creat deja reprezentări cognitive despre felul în care funcționează lumea („Oare lucrurile vor merge prost întotdeauna?“ versus „Mi se va întâmpla oare ceva bun?“) și despre cât de bine vor face față problemelor („N-am să pot depăși niciodată această situație“ versus „Pot face ceva să îmbunătățesc cât de puțin lucrurile?“).

PRIVEȘTE-ȚI ZIUA DINTR-O PERSPECTIVĂ POZITIVĂ

Materialul pe care vi l-am prezentat evidențiază importanța climatului emoțional și cognitiv al familiei. Mergând mai departe, putem spune că deseori climatul familial este reflectat și influențat de modul în care o familie își începe ziua. Richard a organizat o serie de workshop-uri la care au participat familii care încearcă să găsească modalități noi să întrerupă ciclul de conflicte, certuri și negativitate care a pus stăpânire pe viața lor de familie. Fiecare familie, fără nicio excepție, a putut formula elementul declanșator al unei „zile proaste“, iar acel lucru s-a petrecut întotdeauna dis-de-dimineață. Un copil, de pildă, a terminat cutia de cereale înainte ca fratele lui să apuce să mănânce și el. Un alt copil s-a îmbrăcat prea încet ca să plece la școală. Oricare ar fi fost incidentul declanșator, rezultatul a fost o atitudine negativă la începutul zilei, de care cu greu mai poți scăpa. Mulți părinți au numit chiar aceste incidente matinale „rutina zilnică“.

Gândiți-vă o clipă cum vă începeți ziua. Vă enervați de dimineață gândindu-vă la tot ce aveți de făcut și la toate „lucrurile neplăcute“ care vă așteaptă? Sau considerați că această nouă zi este o ocazie de a face ceva bun, de a vă mobiliza pentru a rezolva anumite probleme? Modul în care vă începeți ziua este și modul în care își va începe ziua copilul vostru.

Modul în care îşi începe ziua un părinte este şi modul în care îşi va începe ziua copilul său.

Când Jen era copil, tatăl ei avea un obicei destul de neobişnuit. La un moment dat, în fiecare dimineaţă, se repezea la fereastra de la bucătărie, o deschidea larg şi striga cât îl ţineau puterile: „Bună ziua, lume! Ce zi minunată! Mulţumesc pentru ziua de azi!“ Dacă se întâmpla ca Jen să aibă în vizită nişte prieteni când tatăl ei făcea asta, era foarte jenată. În alte zile, era fericită că familia ei locuieşte la ţară, că au o curte mare şi că nimeni nu-l poate auzi pe tatăl ei. Abia acum însă, când priveşte înapoi şi se gândeşte la purtarea tatălui ei, înţelege ce se întâmpla de fapt. Dacă îţi începi ziua preţuind faptul că ai parte de ea, ai mult mai multe şanse să te bucuri cu adevărat de ea. Această atitudine devine contagioasă şi te îndeamnă să cauţi momentele şi ocaziile favorabile care se pot ivi, în loc să te cramponezi de diverse neplăceri minore.

John Jacobs, cofondator şi unul dintre oamenii de bază ai companiei „Life is good“, îşi aminteşte că, pe vremea când era copil, se trezea în fiecare dimineaţă „în compania“ cântecelor vesele ale mamei lui. Şi el spune acelaşi lucru, că părinţii lui aveau grijă să le creeze copiilor un climat emoţional optimist în fiecare zi: „Îmi place cuvântul entuziasmat. Poate fi folosit în fiecare zi când te trezeşti! Poţi vorbi cu o voce entuziasmată despre culoarea copacilor sau despre cum arată cerul astăzi. De tine depinde ce atitudine adopţi faţă de ziua ta de dimineaţă până seara“.

La seminariile susţinute de Richard, li s-a cerut familiilor să identifice elementele care declanşau atitudinea negativă şi să găsească modalităţi de a le elimina. După ce au încercat diverse abordări acasă, părinţii care au reuşit să reducă stresul în familie au constatat că era mult mai uşor să introducă aşteptări pozitive decât să încerce să le controleze pe cele negative. Iată un exemplu: o mamă a introdus o nouă rutină zilnică: înainte să se ducă la culcare, fiecare copil se gândea la ceva ce aştepta cu nerăbdare să se întâmple a doua zi. Mama scria apoi pe un cartonaş ce-şi doreşte fiecare copil, iar a doua zi dimineaţă, lăsa cartonaşul lângă farfuria cu micul dejun al fiecărui copil şi le cerea să strige, unul după altul, de ce ziua aceea va fi o zi frumoasă pentru ei. Pentru copii era o modalitate simpatică de a vorbi despre ziua lor şi de a permite emoţiilor pozitive

să „inunde“ casa, care ar fi putut fi împânzită altfel cu sentimente negative.

Avantajul optimistului este că știe să descopere aspectele pozitive.

E atât de ușor să dobândim obiceiul de a ne începe ziua cu gânduri negative. Avantajul optimistului este că știe să descopere aspectele pozitive. Pentru un copil care merge la școală este foarte bine să-și înceapă ziua cu un sentiment pozitiv — dar e la fel de bine să-și și încheie ziua cu o trăire pozitivă. Din păcate, mulți părinți și copii irosesc mult timp și multă energie la sfârșitul fiecărei zile gândindu-se la ce n-a mers bine, ce a fost dificil, ce i-a nemulțumit sau deranjat în ziua respectivă. Iată, în schimb, cum privește Jacobs experiențele din copilărie: „Când ne așezam la masă, mama obișnuia să ne îndemne: «Să-mi spună fiecare ceva plăcut despre ziua de azi». Nu este deloc dificil să găsești ceva plăcut într-o zi întreagă și, în plus, ajungi să privești ziua respectivă într-o lumină pozitivă. În loc să fii trist sau să spui «profesorul e foarte sever» sau «tema pentru acasă e foarte grea», mai bine îți amintești ceva amuzant din recreație sau ceva ce ți s-a părut interesant din ceea ce ți s-a predat în clasă. Chiar dacă îți amintești un singur lucru plăcut la sfârșitul unei zile, poți vorbi despre el minute în șir… și cred că asta îți face foarte bine“.

SĂ NE ÎNVĂȚĂM COPIII SĂ FIE RECUNOSCĂTORI

Dacă vrem ca optimismul să fie la el acasă în familia noastră, trebuie să ne deprindem să fim recunoscători și să-i învățăm și pe copiii noștri să facă acest lucru. Când suntem recunoscători ne gândim la ceea ce avem, nu la ceea ce nu avem. Iată de ce recunoștința este strâns legată de optimism — ea ne îndeamnă să vedem „jumătatea plină a paharului“. E bine să mâncăm măcar o dată împreună, toată familia — seara, de pildă, căci acest obicei ne încurajează să fim recunoscători. Când ne așezăm laolaltă la masă, avem ocazia să vorbim fiecare despre ziua care se încheie și să ne gândim la lucrurile bune care ni s-au întâmplat. Iată cum povestește Jacobs despre acest obicei, pe care familia lui îl

consideră o binefacere: „Înainte să începem să mâncăm, fiecare persoană aşezată la masă spune pentru ce e recunoscătoare. Copilul nostru de patru ani e întotdeauna primul. Îi place să înceapă discuţia şi de obicei nu-l mai poţi opri — ceea ce e foarte bine! «Sunt recunoscător pentru podea, pentru tavan, pentru lumină, pentru ocean şi pentru culoarea verde», spune el, de pildă“. Jacobs ne împărtăşeşte totodată cât este de important ca oamenii din compania sa să îmbrăţişeze şi să practice această metodă: „Nu este deloc greu şi, în plus, este o modalitate de a-ţi da seama dacă eşti mulţumit sau nu de viaţa ta în momentul respectiv, dacă ai de ce să fii recunoscător. În mod cert, această practică este esenţială pentru compania noastră“.

Şi Jen a crescut într-o familie care ştia ce înseamnă recunoştinţa; părinţii ei erau recunoscători că trăiesc într-o ţară care oferă atât de multe oportunităţi. Ambii ei părinţi erau născuţi în ţări în care succesul era rezervat unei elite restrânse; ei le spuneau zilnic copiilor lor că viaţa este mult mai grea în alte ţări din lume şi că ar trebui să preţuiască faptul că aici îşi pot permite să realizeze ceva. Jen este convinsă că părinţii ei au încercat să le insufle copiilor lor ideea că trebuie să fie recunoscători pentru posibilităţile pe care le au şi să profite de ele. Este lesne de înţeles de ce recunoştinţa şi optimismul fac casă bună.

Nenumărate cercetări susţin beneficiile recunoştinţei şi strânsa legătură dintre aceasta şi optimism. Dr. Robert Emmons, unul dintre cercetătorii de frunte în acest domeniu[87], prezintă mai multe descoperiri importante pe care i le-au prilejuit aceste studii:

• În urma comparării mai multor subiecţi care au participat la un experiment, s-a constatat că cei care foloseau mai frecvent jurnalul de recunoştinţă (în care consemnau lucruri pentru care erau recunoscători), aveau mult mai puţine simptome fizice, erau mult mai mulţumiţi de viaţa lor şi erau mai optimişti în privinţa săptămânii următoare în comparaţie cu cei care consemnaseră evenimente neplăcute sau aspecte neutre de viaţă.

• Subiecţii care au întocmit liste de recunoştinţă au avut şanse mult mai mari să realizeze progrese în atingerea unor obiective personale (pe plan profesional, interpersonal şi în domeniul sănătăţii) într-un interval de două luni comparativ cu ceilalţi subiecţi.

• Copiii care practicau un mod de gândire recunoscător aveau în mult mai mare măsură o atitudine pozitivă față de școală și familiile lor.

Deși nu este dificil să practici recunoștința, acest lucru presupune totuși o anumită implicare psihologică. Iată de ce este bine ca părinții să își rezerve timp pe parcursul zilei pentru a instaura o „rutină a recunoștinței“ la care să participe și copiii. Puteți practica această rutină la masă, la ora de culcare sau când vă treziți copiii dimineața, oricând e la fel de bine — important este să procedați în așa fel încât copiii să aștepte cu plăcere acest moment al zilei.

FĂRĂ PLICTISEALĂ

Gânditorii antreprenoriali știu întotdeauna să găsească partea luminoasă a lucrurilor. Ei „se dau peste cap“ să găsească o soluție în orice situație, iar acesta este un alt aspect al optimismului. Părinții își pot stimula copiii încă din copilărie să fie optimiști, iar un punct de plecare foarte potrivit este familiara formulă „m-am plictisit“. Părinții trebuie să le amintească în permanență copiilor că nu trebuie să aștepte să li se întâmple ceva plăcut, ci pot face chiar ei ceva în această privință. Când plictiseala pune stăpânire pe copii, ei ajung, cel mai adesea, să considere că tot ce-i înconjoară este posomorât și enervant. Jen își amintește că, atunci când era copil, nimic nu-i enerva mai mult pe părinții ei decât s-o audă spunând „m-am plictisit“. Era de ajuns să spună o singură dată „m-am plictisit“ și imediat unul dintre părinții ei îi dădea ceva de făcut, chiar dacă era vorba să deseneze ceva sau să inventeze un joc nou. Jacobs e de aceeași părere: „Îmi amintesc de parcă ar fi fost ieri ce ne-a spus mama într-o zi: «Numai oamenii plictisitori se plictisesc». De atunci n-am mai spus niciodată că mă plictisesc — cred că aveam șase ani“.

Uneori, copiii trebuie încurajați să fie optimiști. Dimineața, când fiica lui Jen este întotdeauna prost dispusă și nu vrea să facă nimic (decât să se uite la televizor), Jen scoate creioanele colorate și desenează o hartă, iar harta înfățișează o aventură, aventura care le așteaptă în ziua aceea. Fiica ei începe să fie curioasă și vine să vadă ce face mama. „Ce faci, mami?“ întreabă. Jen

desenează o brioșă și un pahar cu suc de fructe, o plajă, un cornet cu înghețată, copii care se joacă — orice pot face amândouă în ziua aceea care să-i facă plăcere fiicei ei. Peste puțin timp, fetița ei e foarte entuziasmată, iar Jen îi sporește entuziasmul spunând: „Azi ne vom distra grozav, nu-i așa?“

Copiilor trebuie să li se amintească tot timpul că stă în puterea lor să facă ce le place. Să fii optimist nu înseamnă doar să vezi partea plină a paharului. Înseamnă să găsești o soluție să umpli singur paharul.

---

[69] „The Bright but Right View? New Evidence on Entrepreneurial Optimism“: Ola Bengtsson și Daniel Ekeblom, Working Papers, No. 2014:1, Department of Economics, Lund University, 8 ianuarie 2014.

[70] „Entrepreneurs Don’t Have an Optimism Bias — You Have a Pessimism Bias“: Walter Frick, https://hbr.org/2014/02/entrepreneurs-don’t-have-an-optimism-bias-you-have-a-pessimism-bias/, 13 februarie 2014.

[71] „Dispositional Optimism“, Charles S. Carver și Michael F. Scheier, Trends in Cognitive Sciences, 2014, 18: 293–299.

[72] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, octombrie 2012.

[73] „Parents Who Hate Parenting: The Latest Trend?“: Lylah M. Alphonse, https://ca.shine.yahoo.com/parents-who-hate-parenting-the latest-trend-.html, 21 martie 2011.

[74] All Joy and No Fun: The Paradox of Modern Parenthood: Jennifer Senior, 2014, New York: Ecco.

[75] Pentru un scurt rezumat al studiilor vezi Psychosocial Interventions for Genetically-Influenced Problems in Childhood and Adolescence: Richard Rende, 2014, Hoboken, N.J.: John Wiley & Sons.

[76] „Sex Differences in the Genetic Architecture of Optmism and Health and Their Interrelation: A Study of Aging Twins“. Miriam A. Mosing et al., Twin Research Human Genetics, 2010, 13: 322–329.

[77] „Parenting and Infant Difficulty: Testing a Mutual Exacerbation Hypothesis to Predict Early Onset Conduct Problems“: Michael F. Lorber și Byron Egeland, Child Development, 2011, 82; 2006–2020.

[78] Vezi, de pildă, „Dyadic Flexibility in Early Parent-Child Interactions: Relations with Maternal Depressive Symptoms and Child Negativity and Behaviour Problems“: Erika S. Lunkenheimer et al., Infant and Child Development, 2013, 22: 250–269.

[79] „Optimism“: Charles S. Carver et al., Clinical Psychology Review, 2010, 30: 879–889.

[80] „Life Stress, Maternal Optimism, and Adolescent Competence in Single Mother, African American Families“: Zoe E. Taylor et al., Journal of Family Psychology, 2010, 24: 468–477.

[81] „Dispositional Optimism: A Psychological Resource for Mexican-Origin Mothers Experiencing Economic Stress“: Zoe E. Taylor et al., Journal of Family Psychology, 2012, 26: 133–139.

[82] Sintagma „mama tigroaică“ (tiger mom sau tiger mother) a fost introdusă ca neologism pentru a descrie o mamă severă, care ține foarte mult la disciplină, de Amy Chua, autoarea cărții Battle Hymn of the Tiger Mother, care se vrea a fi o poveste despre cum și-a crescut autoarea copiii, într-un stil chinezesc tradițional, strict. (N.t.)

[83] „Evaluating «Tiger Mom» Parenting: What’ the Take-Home Message From Research?“: Richard Rende, parents.com/blogs/red-hot-parenting/2012/02/22/health/evaluating-tiger-mom-parenting-whats-the-take-home-message-from-research/, 12 februarie 2012.

[84] „Parent-Child Relations and Psychological Adjustment Among High-Achieving Chinese and European American Adolescents“: Desiree Baolian Qin et al., Journal of Adolescence, 2012, 35: 863–873.

[85] „Emergence of Attributional Style and its Relation to Depressive Symptoms“: David A. Cole et al., Journal of Abnormal Psychology, 2008, 117: 16–31.

[86] „Looking on the Bright Side: Children’s Knowledge About the Benefits of Positive Versus Negative Thinking: Christi Bamford și Kristin H. Lagattuta,

Child Development, 2012, 83: 667–682.

[87] Pentru detalii despre activitatea lui vizitați-i site-ul: gratitudepower.net/science.htm.

4

Ce înseamnă să știi să profiți de ocazie

În prezent, mulți părinți se gândesc la libertatea pe care au avut-o și de care copiii lor nu se mai pot bucura acum — să hoinărească prin cartier sau să se plimbe cu bicicleta fără să fie supravegheați de părinți sau fără ca ei să aibă habar pe unde umblau odraslele lor. Am vorbit despre aceste lucruri când ne-am referit la nevoia copilului de a explora, la importanța acestui aspect în copilărie, acum însă vom aborda problema din alt punct de vedere. S-a afirmat deseori că, în ziua de azi, din pricina multor temeri nefondate, părinții nu le permit copiilor să facă ceea ce ei făceau la vârsta lor, și creează astfel o generație de tineri care nu sunt capabili să își asume riscuri. Hanna Rosin, de pildă, într-un articol din The Atlantic[88], susține că percepția pe care o au părinții despre pericole (precum rănirea sau răpirea unui copil de o persoană străină) nu corespunde cu realitatea statistică. Autoarea este de părere că părinții au căpătat o aversiune irațională la risc, ceea ce îi împiedică pe copii să mai desfășoare vreo activitate în afara casei — și, în consecință, copiii nu mai au posibilitatea să învețe din experiențele proprii și să-și dezvolte competențele de bază.

În revista Pediatrics[89] a apărut un articol despre un studiu care a ajuns la anumite concluzii asemănătoare cu cele ale lui Rosin. Grupurile care au participat la studiu, persoane care se ocupau de îngrijirea copiilor, au fost îndemnate să analizeze barierele care le sunt impuse copiilor când se joacă. Subiecții au afirmat că solicitările exprese ale părinților de a le asigura copiilor deplină siguranță (dar și anumite reglementări administrative) i-au determinat să reducă în foarte mare măsură timpul de joacă în curte. Ca urmare a temerilor exprimate de părinți și în urma normelor adoptate de autoritățile locale și guvernamentale, în școli s-au amenajat locuri de joacă „prea sigure“ pentru grupele de vârstă cărora le erau destinate — altfel spus, erau prea plictisitoare pentru a stârni interesul copiilor. Merită să subliniem faptul că, dacă echipamentele de la locul de joacă sunt adaptate unor vârste mai fragede, copiii pot simți nevoia să

găsească modalități de a le face mai interesante — adică să le folosească în cu totul altă destinație decât cea dată și astfel să se rănească. National Childcare Accreditation Counsel din Australia[90] a tras concluzia: „Copiii sunt mult mai înclinați să sporească dificultatea unui joc și să își asume riscuri recurgând la un comportament periculos atunci când locul de joacă sau mediul din jur este prea anost sau plictisitor“.

Rosin, asemenea multor alți specialiști, evidențiază faptul că majoritatea părinților din ziua de azi nu vor ca odraslele lor să își asume riscuri, pentru că se tem de consecințe. Însă abordarea prin prisma aversiunii față de risc le face un deserviciu copiilor, care trebuie să simtă pe pielea lor ce înseamnă riscul și posibilele lui consecințe negative pentru a se pregăti să înfrunte realitatea lumii care îi așteaptă. Se spune că acei copii care nu știu să-și asume „riscurile“ cotidiene nu vor fi capabili să-și asume toate riscurile necesare pentru a fi niște adulți competitivi — cum ar fi să profite de o oportunitate în privința unui job sau să înceapă o afacere. Jen vă va spune că aceasta este o carență pe care cei mai mulți antreprenori nu o tolerează și care poate avea consecințe grave pentru copil la maturitate. După cum vom vedea însă, nu toate riscurile sunt egale.

ANTREPRENORII CHIAR SUNT NIȘTE OAMENI DISPUȘI SĂ ÎȘI ASUME RISCURI?

În opinia generală, antreprenorul este, prin excelență, o persoană care își asumă riscuri — oameni care își riscă economiile de-o viață și se implică în tranzacții foarte riscante pe care uneori le câștigă (cu profituri imense), iar alteori le pierd (tot). Deși există nenumărate exemple de astfel de oameni care și-au asumat riscuri foarte mari, suntem de părere că mulți — dacă nu majoritatea — antreprenori de succes nu își asumă riscuri la voia întâmplării. Am putea spune chiar că sunt adepții unei abordări mai informate și strategice. Malcolm Gladwell a afirmat[91], de pildă, că magnați precum Ted Turner și-au construit companiile adoptând ca strategie limitarea riscurilor ori de câte ori aveau de luat decizii îndrăznețe. Firește că și-au asumat anumite riscuri, dar s-au asigurat că împrejurările nu le sunt potrivnice. O astfel de abordare strategică îi apără de pierderi catastrofale în cazul în care lucrurile nu merg cum trebuie, pregătindu-i să profite de următorul prilej. Și cercetătorii Anna Macko și Tadeusz Tyszka[92]

consideră că asumarea de riscuri antreprenoriale este un proces mediat de abilitățile și priceperea antreprenorului. Deși antreprenorii nu pot controla toți factorii, ei nu doar își încearcă norocul și nici nu sunt în căutare de emoții tari; ei iau o decizie în cunoștință de cauză, care ține cont de multe informații, inclusiv de abilitatea lor specială de a îmbunătăți probabilitatea unui rezultat favorabil.

Macko și Tyszka au făcut un experiment: au recrutat niște studenți care se înscriseseră într-o clasă în care se studia antreprenoriatul, în virtutea faptului că și-au exprimat dorința de a începe o afacere; au ales apoi un al doilea grup de studenți care nu aveau de gând să devină antreprenori și un al treilea grup de adulți de aceeași vârstă care erau deja antreprenori. Toate cele trei grupuri au participat la două tipuri de experimente: primul tip — li se evalua înclinația de a-și asuma riscuri în cadrul unui joc de noroc, iar celălalt le evalua capacitatea de a-și asuma riscuri când au ocazia să ia decizii pe baza unor informații. Concluzia a fost următoarea: la jocul de noroc, toate cele trei grupuri au fost dispuse în egală măsură să-și asume riscuri, nu doar antreprenorii și cei care studiază antreprenoriatul. Aceștia din urmă au fost însă mai dispuși să-și asume riscuri când au avut la dispoziție niște informații care să le motiveze alegerile. Macko și Tyszka au încheiat astfel: „După părerea noastră, antreprenorilor nu le place riscul mai mult decât altor oameni, nici când e vorba de un experiment, nici de viața reală. Antreprenorii, precum majoritatea oamenilor, încearcă să evite riscul. Proiectele riscante în care se implică în viața reală sunt poate rezultatul unei motivații specifice și/sau al unei anumite percepții cu privire la riscul pe care-l presupun acestea“. Părerea noastră, a autorilor acestei cărți, este că antreprenorilor le place să descopere ocaziile favorabile, iar atunci când le găsesc știu cum să-și asume și să-și gestioneze riscurile pentru a-și spori șansele de succes.

NU TE ARUNCA CU CAPUL ÎNAINTE (IAR DACĂ TE ARUNCI, ASIGURĂ-TE CĂ O SĂ CAZI PE MOALE)

Experiența profesională a lui Jen confirmă această concluzie. De-a lungul carierei sale de antreprenor, a observat numeroase personalități care și-au asumat riscuri și a constatat că oamenii care s-au bucurat în cea mai mare măsură de succes „au pariat“ pe ei înșiși și pe abilitățile lor și au avut mecanismele necesare

pentru a reduce riscurile la minimum. Să luăm, de pildă, chiar cazul companiei înființate de Jen. Partenerul ei inițial, Dan Jacobs, a renunțat la postul de la GE Capital și a înființat o firmă de relații publice, deși avea trei copii mici și o ipotecă de plătit. Jen avea douăzeci și trei de ani și locuia cu părinții, așadar i-a fost mult mai ușor să renunțe la un post sigur și să se asocieze cu el; riscul pe care și l-a asumat ea a fost mult mai mic, firește (deși a existat totuși un risc). Jacobs a mizat pe importanta lui experiență în afaceri și a intuit că viziunea lor în privința unei firme de relații publice va stârni interes. Exista un risc, fără îndoială, dar Jacobs l-a putut evalua și a ajuns la concluzia că există șanse reale ca inițiativa lor să fie un succes. Jacobs nu s-a aruncat cu capul înainte, a cântărit foarte bine lucrurile înainte să se implice în proiect, deși unui observator din afară putea să i se pară că a fost nesăbuit.

Jen nu s-a considerat niciodată un om dispus oricând să își asume riscuri, dar când le vorbește altora despre cariera ei, aceștia cred că nu are dreptate. În realitate, spune ea, ori de câte ori mă confrunt cu o situație dificilă încerc să-mi asigur spatele, să reduc cât mai mult posibil eventualitatea unui eșec. Când s-a înscris la douăzeci și cinci de ani la școala de business, a trebuit să se împrumute și s-a mutat din nou în casa mamei ei, ca să poată plăti cei 120 000 de dolari, taxa de școlarizare, fără să aibă nicio garanție că va reuși. Faptul că a locuit în casa mamei ei în loc să stea cu chirie i-a servit drept un fel de plasă de siguranță — căci chiar și dacă nimic din ceea ce-și propusese nu ieșea și nu-și putea permite să plătească o chirie, măcar avea garanția că nu va rămâne fără un acoperiș deasupra capului. Decizia lui Jen de a deschide sucursale ale firmei la New York și Londra a părut riscantă, și poate chiar era. Cu toate acestea, întotdeauna a procedat în așa fel încât să se asigure că-și asumă cele mai mici riscuri, așa că a subînchiriat birourile altora, în caz că nu-i ieșea jocul.

Pe tot parcursul carierei sale, Jen a simțit că, atunci când își asumă un risc, poate prevedea în ce măsură se va bucura de succes. Dacă avea 75% șanse de succes, nu dădea înapoi, dar dacă șansele de succes erau de numai 10%, renunța. Își putea evalua șansele de succes în parte și pentru că miza pe lucruri pe care le putea controla măcar parțial, dacă nu în totalitate. Jen a crezut în ea, în experiența ei, în viziunea ei și în abilitatea de a-și duce planurile la bun sfârșit, chiar dacă uneori trebuia să improvizeze pentru a face față unor situații neprevăzute. În opinia lui Jen, când realizezi ceva în viață nu ai senzația că îți asumi niște riscuri, ci simți că ești capabil să-ți controlezi destinul. Întrebați-o dacă vrea să investească un dolar la bursă sau în propria-i companie și vă va răspunde că va investi dolarul fără să stea pe gânduri în compania ei, căci în 75%

din situaţii ştie cum să transforme un dolar în doi dolari.

CE ÎNȚELEG PĂRINȚII PRIN ASUMAREA UNOR RISCURI

Dacă e să analizăm modul în care percep părinţii riscurile la care sunt expuse odraslele lor în copilărie, vă pot spune de la bun început că este un fenomen la fel de nuanţat precum rolul „asumării de riscuri“ în viaţa unui antreprenor. De-a lungul anilor, s-a vorbit atât de mult despre riscurile fizice cu care se confruntă copiii noştri, încât ar fi cel mai firesc să începem cu ele. În viaţa unui copil există multe pericole. Părinţii exagerează uneori anumite riscuri (precum răpirea copilului) şi, prin urmare, le îngrădesc foarte mult libertatea de mişcare. După cum spunea însă renumitul pediatru dr. Harvey Karp[93], părinţii au în egală măsură tendinţa să subaprecieze riscurile. Karp a constatat, de pildă, că în timp ce unii părinţi sunt neliniştiţi la gândul de a-şi lăsa copilul să înoate în ocean (din cauză că ar putea fi atacat de rechini), alţii îşi lasă copilul de 1–3 ani nesupravegheat câteva minute în piscina din curte, fără să-şi dea seama că un copil atât de mic se poate îneca în mai puţin de treizeci de secunde. Înecul accidental este a doua cauză de deces[94] la copiii cu vârste cuprinse între 1 şi 4 ani — şi cel mai adesea se petrece în piscina de acasă.

Tot astfel, deşi ne temem pentru siguranţa copiilor noştri la locul de joacă, ne-am dat seama şi am acţionat abia târziu în privinţa riscului ridicat de rănire a copiilor pe care îl reprezintă sporturile organizate. De abia în ultima vreme a început să fie observat riscul traumatismelor la sportivii de la liceu, în pofida faptului că de ani de zile se vorbeşte despre frecvenţa, gravitatea şi consecinţele traumatismelor de tot felul din fotbalul profesionist. În revista American Journal of Sports Medicine[95] a apărut un studiu în care se apreciază că rata traumatismelor la sportivii din licee a crescut de peste două ori în perioada 2005–2012, în primul rând pentru că acum se recunoaşte acest lucru. Acum, mai mult ca oricând, părinţii sunt conştienţi de posibilitatea ca fiii şi fiicele lor să sufere anumite traumatisme când semnează acordul pentru înscrierea lor la fotbal sau la alte sporturi; un sondaj pe această temă evidenţiază faptul că peste 40% din părinţi sunt îngrijoraţi acum de posibilitatea ca la şcoală copiii să se rănească. În pofida acestui fapt, numai 5% sunt decişi să limiteze participarea copiilor la antrenamentele de fotbal. E ciudat că ne temem atât de mult de locul de joacă şi

să ne lăsăm copiii să se plimbe cu bicicleta prin cartier, dar nu pare deloc să ne sperie gândul că băieții noștri joacă fotbal american.

SĂ REFORMULĂM CE ÎNȚELEGEM PRIN A-ȚI ASUMA RISCURI

Dacă gândim prin prisma asumării de riscuri, trebuie să reținem că nu orice risc, când vine vorba de copiii noștri, implică activități fizice. Asumarea de riscuri este în esență un fenomen psihologic și îmbracă multe forme. Un elev în clasa a IV-a își asumă un risc atunci când ridică mâna chiar dacă nu e sigur că știe răspunsul la întrebare. Un elev în clasa a VIII-a își asumă un risc atunci când vrea să joace într-o piesă de teatru la școală chiar dacă n-a mai jucat niciodată până atunci. Un elev de liceu își asumă un risc când se înscrie la un curs opțional de literatură dificil care îi trezește interesul, deși e foarte greu de crezut că îl va putea absolvi cu notă maximă.

Ce am vrut să spunem cu aceste exemple? Nu am vrut să încurajăm asumarea de riscuri per se — ci să încercăm să ne reconfigurăm gândirea ca părinți, îndepărtându-ne de „asumarea riscurilor“ ca scop inerent și încurajând înclinația de a căuta oportunități și de a învăța cum să controlăm potențialele lor trăsături negative sau posibilele consecințe. Elevul din clasa a IV-a care ridică mâna încearcă proactiv să învețe ceva nou, chiar dacă nu pare prea „inteligent“ dacă răspunde „greșit“. Elevul din clasa a VIII-a care vrea să joace în piesă la școală se gândește că poate evolua încercând să facă lucruri noi, chiar dacă la început „nu se pricepe“ să le facă. Iar elevului de liceu îi place atât de mult literatura, încât nu se lasă descurajat de probabilitatea de a lua notă mică. Acestea sunt o gândire și un comportament de tip antreprenorial. Copiii se pot strădui și pot face anumite lucruri fără să fie paralizați de teama că s-ar putea întâmpla ceva rău, asta și pentru că ei stabilesc limitele. Gândiți-vă astfel: când vă urcați într-un copac, există o diferență între a încerca să ajungeți la următoarea creangă care este departe (și a vă asuma riscul de a cădea) și a vă arunca pur și simplu spre acea creangă fără să aveți în vedere nicio strategie.

Adevăratul obiectiv, se pare, nu este acela de a crea o generație de oameni care caută senzații tari, ci de a crește copii care au un simț antreprenorial dezvoltat și

știu cum să găsească ocaziile potrivite — pe plan școlar, profesional, social, personal și fizic — fără să fie descurajați de posibilitatea unor consecințe „negative“ și fără să fie paralizați de teamă. Ca părinți, ar fi poate util să găsim modalități de a ne încuraja copiii să caute oportunități folosindu-și gândirea. Trebuie să creăm un mediu în care să fie incluse și inevitabilele eșecuri pe care copiii noștri le vor avea la un moment dat, întinzându-se spre creanga aceea de copac proverbială la care nu ajung. Și, într-o oarecare măsură, cea mai mare problemă pentru părinți este să accepte necesitatea acestui proces. Dacă privim în sens abstract lucrurile, totul pare simplu, numai că părinții nu trebuie doar să aibă la îndemână un plasture când copilul cade și se rănește, ci și să se mulțumească cu ceva mai puțin decât un 10 obținut la un test.

UN PROFESOR SE TRANSFORMĂ ÎN ANTREPRENOR

În primul său an ca profesor de informatică la o școală elementară din Rhode Island, pe Alan Tortolani l-a deranjat absența unor jocuri educative[96] productive pe internet pe care să le poată utiliza la școală. Jocurile disponibile pe web nu păreau să fie de folos pentru dezvoltarea copiilor, în special cele care puteau fi accesate gratuit. Alan știa că „jocurile trebuie să fie cu adevărat distractive, căci pentru a le capta atenția copiilor trebuie mai întâi să le stârnești interesul“. El a înțeles că, atunci când se joacă, copiii folosesc o seamă de simțuri și este posibil să prefere un anumit simț; prin urmare, jocurile trebuie să aibă componente vizuale, auditive și tactile. Jocurile trebuie să pună la dispoziție, în egală măsură, „instrumente clare de funcționare, potrivite cu vârsta, care să-i ajute pe copii să le joace ușor“. După cum trebuie să aibă, desigur, un conținut care să-i stimuleze intelectual.

Așadar, în primul său an la catedră, Alan și-a folosit abilitățile de programator și a început să creeze propriile jocuri educative care să sporească impactul lecțiilor sale. La sfârșitul anului, crease vreo douăzeci de jocuri. Pentru că a început să-l preocupe tot mai mult această problemă, a creat niște aplicații care să permită funcționarea jocurilor pe smartphone-uri, tablete și alte dispozitive mobile. Curând, a venit vremea ca Alan să facă un pas important, să-și încerce norocul. Și-a continuat activitatea creatoare, a renunțat la postul stabil de la școală și s-a lansat în lumea afacerilor. Ne-a mărturisit că la început a fost îngrozit. „Aveam

un post bun, pe termen lung, o pensie asigurată și tot ce-și poate dori un om de la un loc de muncă“.

ABCya.com, compania lui Alan, a avut succes și a devenit rapid o sursă importantă de jocuri educaționale online. ABCya.com oferă de asemenea numeroase aplicații pentru iPhone și iPad — toate create de Alan. Putem învăța ceva din povestea de succes a lui Alan. Lui Alan i-ar fi fost mai ușor să folosească programele disponibile sau să caute jocuri create de alții, dar nu s-a mulțumit cu atât, și-a creat propriile oportunități lansându-se în necunoscut, unde s-a lăsat condus de propria experiență. L-am întrebat pe Alan dacă ne-ar putea spune ce anume din educația sa i-ar fi putut influența abilitatea de a căuta oportunități. Ne-a mărturisit că a simțit întotdeauna „că am libertatea de a încerca lucruri noi fără să mă tem că nu voi reuși. Asta m-a ajutat să descopăr lucrurile care-mi plac și în cele din urmă lucrurile la care mă pricep, făcând mai tot timpul ce-mi place. Cel mai important lucru a fost că am putut ieși din zona de confort“. Mesajul pe care l-a primit Alan, că este liber „să facă ce-i place“, l-a influențat toată viața. La colegiu, „m-am înscris la tot felul de cursuri, din diverse domenii, înainte să mă decid ce să aleg cu adevărat. Nu m-am gândit dacă par neserios sau dacă îmi vor folosi la ceva. Am avut libertatea să-mi încerc norocul fără să-mi fac probleme în privința consecințelor — în special în perioada când aveam de gând să explorez domenii noi“. Copiii înfloresc în medii ca acela în care a crescut Alan — medii care-i forțează deseori să iasă din zona lor de confort, fără să-i incite cu pericole fățișe. Uneori experimentele nu presupun riscuri mari, imediate, dar și așa îi pot descuraja pe cei care au în vedere doar „realizările“ pe termen scurt și nu dezvoltarea cognitivă. Un model sănătos de dezvoltare: să ai curajul să te întinzi ca să ajungi la creanga inaccesibilă, să realizezi ce riscuri presupune acest lucru, să iei decizii bine gândite și să fii în stare să-ți asumi consecințele.

CĂUTAREA OPORTUNITĂȚILOR ÎNCEPE DE TIMPURIU

Așadar, cum ne putem încuraja copiii să identifice și să valorifice ocaziile favorabile? În ultimele decenii, specialiștii au creat un model pentru a ne putea învăța copiii cum să se aventureze în necunoscut și să facă față momentelor neplăcute sau riscante ale vieții. Teoria atașamentului, cum a fost numită,

datează din anii 1970[97], se datorează muncii originale a lui John Bowlby şi continuă să conducă la importante descoperiri în domeniul de cercetare a dezvoltării copilului. Deseori se consideră că ataşamentul este sinonim cu formarea de relaţii sociale, dar în cazul nostru termenul are o semnificaţie anume. Aceasta se referă la stilul de relaţie care se stabileşte între copil şi persoana care are grijă de el — în ce măsură poate explora un copil în siguranţă lumea înconjurătoare şi se poate duce la persoana care îl îngrijeşte să-l mângâie şi să-l încurajeze.

Să ne imaginăm, de pildă, un copil de doi ani care se duce cu părinţii într-o casă unde n-a mai fost niciodată. Ne aşteptăm să se prindă de unul dintre părinţi, care să-i ofere siguranţă în acest mediu nou. Nu ne aşteptăm ca un copil atât de mic să se desprindă de părinţi fără rezerve — acest gest ar fi neobişnuit într-o situaţie nefamiliară. În mod similar, sperăm totuşi ca micuţul să nu fie total reticent — acest lucru l-ar împiedica să profite de ocazia pe care o are de a explora. Nu putem decât să sperăm că se va simţi acolo relativ în siguranţă pentru a putea interacţiona cu oamenii şi locurile noi, pentru că ştie că părinţii îi sunt alături, să-l ajute. Dat fiind că orice situaţie nouă îl poate nelinişti într-o oarecare măsură — în cazul nostru, poate lătra pe neaşteptate un câine —, anticipăm că micuţul se va întoarce la unul dintre părinţi să-l liniştească. Iar copilul va fi fericit să se întoarcă lângă părinte.

În anii 1970, dr. Mary Ainsworth a creat o metodă de cercetare numită Strange Situation („situaţia străină“)[98], care ne-a ajutat să evaluăm ataşamentul în primii ani de viaţă. Realizată în laborator, „situaţia străină“ urmează o serie de paşi sau episoade care dezvăluie modul în care un copil mic reacţionează în cazul separării de un părinte şi al regăsirii acestuia. Părintele şi copilul sunt introduşi într-o încăpere, iar părintelui i se cere să-şi lase copilul să exploreze. Apoi, în încăpere intră o persoană străină (cercetătorul), vorbeşte cu părintele şi cu copilul. Părintelui i se cere să iasă pe tăcute din încăpere. Copilul se confruntă astfel cu separarea de părinte, iar cercetătorul interacţionează pozitiv cu copilul. Urmează reunirea, părintele revenind în cameră şi salutând copilul. Are loc apoi o nouă separare, căci părintele, după ce a revenit, pleacă din nou, însoţit de astă dată de cercetător, iar copilul rămâne singur. Cercetătorul revine şi se joacă cu copilul. În cele din urmă, se întoarce şi părintele, cercetătorul pleacă, iar copilul şi părintele „se reunesc“.

„Situaţia străină“ poate părea forţată, într-o oarecare măsură, dar a fost creată ca o modalitate standardizată de a simula alternanţa familiar–nefamiliar din viaţa de

zi cu zi a unui copil. Cercetătorii au creat un sistem elaborat pentru a clasifica dinamica părinte–copil pe care au observat-o în timpul desfășurării experimentului. „Atașamentul sigur“ este cel de dorit în dinamica părinte–copil; în acest caz, copilul explorează mediul nou (încăperea nefamiliară unde are loc experimentul) fără să ezite, în prezența părintelui, iar părintele are rol de „bază de siguranță“. Copilul va interacționa cu persoana străină în prezența părintelui (din nou, explorare sigură); pare puțin neliniștit când părintele pleacă (pentru că nu este prezentă baza de siguranță); își exprimă bucuria când părintele revine. Pe de altă parte, în cazul „atașamentului nesigur“ copilul este extrem de neliniștit chiar și în prezența părintelui și nu poate fi calmat cu ușurință când părintele revine. În acest caz, părintele nu mai are rolul de bază de siguranță care permite adaptarea la un mediu nou, iar copilul, de cele mai multe ori, nu va avea curajul să caute noi oportunități.

După decenii de cercetare s-a ajuns la concluzia că „situația străină“ poate oferi indicii[99] în privința procesului de adaptare de mai târziu, în diferite stadii de dezvoltare. În particular, stilul de atașament ne ajută să determinăm modul în care copiii vor face față viitoarelor probleme, atât celor cognitive, cât și celor sociale. Ne ajută să ne dăm seama care dintre copii vor intra în viață știind să găsească noi oportunități fără să își asume riscuri inutile sau excesive și fără să își impună restricții care ar anula potențialele câștiguri. În timp, copiii cu atașament sigur vor deveni propriile „baze de siguranță“ când va trebui să facă față unor situații nefamiliare și să fie competitivi; ei se vor calma singuri la nevoie și nu se vor teme de oportunități. În schimb, copiii cu atașament nesigur vor evita mai tot timpul situațiile nefamiliare, provocările, căci cel mai adesea nu vor ști cum să le facă față. Sau își vor asuma riscuri la întâmplare, fără să aibă un obiectiv concret în minte.

Un studiu recent publicat în Journal of School Psychology[100] a confirmat avantajele atașamentului sigur — raportat de astă dată la ușurința cu care s-au adaptat copiii la grădiniță. Cercetătorii au observat circa 7000 de copii de la naștere și pe parcursul copilăriei. Copiii cu atașament sigur s-au adaptat mult mai ușor la situațiile noi din clasă și s-au arătat nerăbdători să învețe și să încerce lucruri noi. Copiii cu atașament sigur au instrumentele necesare și fac tot posibilul să se dezvolte, căci știu cum să se calmeze în situații nefamiliare și să accepte necunoscutul fără să se descurajeze.

Căldura părintească poate „anula“ înclinația genetică spre anxietate.

Să nu uităm însă că fiecare copil are altă personalitate. Unii copii sunt mai reținuți decât alții. Renumitul psiholog Jerome Kagan, specializat în probleme de dezvoltare a copilului, a creat acum câteva decenii sintagma „inhibiție comportamentală“[101] pentru a descrie un procent redus de copii mici care păreau predispuși să se retragă când aveau de-a face cu situații, probleme și oameni noi. Cercetările recente evidențiază însă faptul că până și copiii cu cea mai pronunțată inhibiție comportamentală pot fi învățați să-și depășească inhibițiile. Un proiect de cercetare („Early Growth and Development Study: A Family of Adoption Studies“)[102] menit să studieze atât procesul de adopție, cât și influența eredității și a mediului familial asupra dezvoltării copilului a evidențiat interacțiunea dintre condițiile în care crește copilul și riscul biologic de a dezvolta inhibiție comportamentală. Un grup de copii mici cu risc genetic crescut de a dezvolta tulburări anxioase — pe fondul unui istoric matern de anxietate — a dat semne de inhibiție comportamentală numai atunci când mediul de creștere adoptiv era caracterizat printr-un nivel scăzut de căldură parentală și receptivitate. Altfel spus, căldura părintească poate „anula“ înclinația genetică spre anxietate. Genele, deși sunt extrem de importante, nu determină totul.

CE ÎNSEAMNĂ SĂ FII BAZA DE SIGURANȚĂ

Care este factorul fundamental care încurajează dobândirea unui atașament sigur la sugari, copii mici și copii în general? După decenii de cercetare, specialiștii susțin că acesta este receptivitatea părintelui față de emoțiile copilului. Când un sugar este neliniștit, iar părintele îl liniștește, copilul învață că își poate accepta emoțiile negative și le poate controla caracterul negativ. Acest lucru este esențial pentru o „asumare de riscuri“ benefică și pentru căutarea oportunităților. Copiii trebuie să-și dezvolte, potrivit teoriei atașamentului, „modele internalizate de lucru“ care ghidează controlul emoțional și le formează ideea că pot fi supărați, întrucât vor primi alinare.

Ne întrebăm, pe bună dreptate, care sunt limitele atașamentului. Ce înseamnă că

un părinte este receptiv, dar nu indulgent? Dacă reacționăm în mod exagerat, transmitem un mesaj de teamă, iar dacă nu reacționăm îndeajuns de convingător, copilul înțelege că este inutil să-și exprime emoțiile negative — adică rezolvarea stării emoționale a copilului nu este o prioritate pentru părinte. Prin urmare, cum reacționează un părinte echilibrat? Dr. Diane Benoit folosește ca exemplu plânsul în primul an de viață.[103] Să încerci să liniștești un copil este întotdeauna un lucru bun în primele șase luni de viață, scrie autoarea. „În primele șase luni de viață nu se recomandă să lăsați un sugar să plângă pentru că «plânsul îl ajută să-și dezvolte plămânii» (așa cum susțin unii părinți), pentru că, intervenind, copilul va deveni un «răsfățat» sau pentru că sugarul trebuie să găsească singur o modalitate de a se calma“. În următoarele șase luni, când copilul nu are motive serioase să plângă (decât dacă s-a rănit, e bolnav sau e cu adevărat neliniștit), e bine să-l mângâiați puțin, iar apoi să-l lăsați să se calmeze singur. O îmbrățișare, un pupic, câteva cuvinte calde și o doză de încurajare îl pot liniști pe copil.

Pe măsură ce copiii cresc, iar problemele dobândesc un caracter mai psihologic, se aplică aceleași principii. Richard își amintește că o mamă i-a povestit la un moment dat că fiica ei de 4 ani avea o formă de inhibiție socială și nu voia să intre singură la lecția de balet. Mama a crezut că o va ajuta dacă o conduce până în clasă. A găsit apoi o strategie mai bună ca să-și încurajeze fiica — încetul cu încetul — să intre singură în sala unde avea loc lecția de balet. Mama adopta o figură surâzătoare sau începea să fredoneze entuziasmată melodia care se cânta în sală sau îi făcea cu mâna profesoarei de balet. A înțeles că fiica ei este timidă, dar n-a făcut caz pe tema asta. În felul ei, i-a redirecționat acesteia atenția de la efectul negativ (disconfortul social) către o potențială oportunitate (de a se distra la lecție, de pildă). Nemaiintrând în sala de balet, mama putea fi o oază de siguranță de cealaltă parte a ușii și nu omniprezentul obiect de reconfortare care o putea împiedica pe fiica ei să se bucure de plăcerea de a explora noul mediu de una singură.

Redirecționarea copilului spre oportunitățile noi îl împiedică să facă o fixație din obstacolele minore pe care le poate întâmpina. Claudia Hepburn este director executiv și cofondator al Next 36[104], o inițiativă interesantă din Canada care încearcă să transforme studenții de top în viitori oameni de afaceri și inovatori de succes. Hepburn, antreprenor și specialist în politici publice, este o figură cunoscută și apreciată în domeniul programelor de educație inovatoare destinate formării liderilor. Hepburn susține că este bine ca părinții să reacționeze suficient, astfel încât copiii să se simtă încurajați să se calmeze singuri în momentele în care nu se simt în largul lor — de pildă, dacă un copil se lovește la

genunchi:

Păstraţi-vă calmul şi purtaţi-vă de parcă totul e normal. Copiii vor înţelege şi vor învăța astfel că, în câteva secunde şi după ce vor trage de câteva ori aer în piept, îşi vor reveni. Copiii îşi imită deseori părinţii, ţin minte ce îi supără pe aceştia, cum reacţionează, şi este uimitor cât de repede învaţă că o simplă zgârietură se rezolvă cu puţină apă şi cu un plasture, iar că apoi se pot juca din nou. Copiii se consolează uşor şi revin la joacă, şi nu învaţă din această experienţă că, dacă se lovesc, mama le va acorda mai multă atenţie sau, şi mai rău, că mama îi învaţă să se teamă şi să plângă atunci când s-au rănit şi sângerează.

Uşor de zis, greu de făcut, veţi spune. Părinţii, în special cei de sugari şi copii mici, sunt deseori obosiţi, ocupaţi până peste cap şi stresaţi. În aceste condiţii, părintele nu poate să-şi consoleze copilul şi să-i dea atenţie clipă de clipă pe parcursul întregii zile. Încercaţi însă ca răspunsul pe care-l oferiţi în mod preponderent copilului în situaţii de disconfort să fie unul echilibrat în aceşti primi ani critici de viaţă (dar şi după aceea).

CE ÎI AJUTĂ PE COPII SĂ FIE ÎNCREZĂTORI ÎN PRIMII ANI DE VIAŢĂ

Pediatrul Harvey Karp ne-a spus că un rol important în dezvoltarea unui ataşament sigur şi în dobândirea unei capacităţi sănătoase de a găsi oportunităţi îl are dezvoltarea încrederii în sine a copilului: „Copiii trebuie să ştie că pot avea încredere în ei şi pot înfrunta provocări şi riscuri noi în mod adecvat, adaptativ. Acest lucru îi va face să simtă că pot să încerce lucruri noi“. Karp ne-a oferit trei sfaturi pentru părinţii care încearcă să-i ajute pe copiii mici să-şi sporească încrederea în ei înşişi. Mai întâi, îi puteţi încuraja pe copiii mici să-şi asume provocări mici, cărora le pot face faţă — fie că e vorba să se dea pe un tobogan care pare cam prea înalt (deşi în realitate este exact pentru vârsta lor), fie să

folosească foarfecele, fie să găsească o modalitate de a vă ajuta la bucătărie. Copiii capătă imediat curaj când încearcă să facă ceva şi persevereză. Când urcă treptele toboganului înalt, învaţă să iasă din zona lor de confort (concret şi la figurat). După prima coborâre pe tobogan, constată că pot face asta. Iar ceea ce este cel mai important este faptul că, întorcându-se şi dându-se din nou pe tobogan, înţeleg că e bine să ai curajul de a face lucruri care-ţi stau în putere.

Copiii capătă imediat curaj când încearcă să facă ceva şi reuşesc.

Un alt sfat din partea dr. Karp este să-i lăsăm pe copii să aleagă ce-şi doresc să facă dintre mai multe lucruri care sunt o provocare, dar nu prezintă riscuri mari. Ei vor învăţa, astfel, că nu trebuie să înfrunte fiecare provocare care le iese în cale, ci îşi pot concentra atenţia asupra celor care îi interesează mai mult. Un copil care este timid la locul de joacă poate avea curaj în bucătărie, vă poate ajuta la gătit. Alţi copii nu par interesaţi de bucătărie, dar poate vor să vă ajute ocupându-se de un frate mai mic. Fiecare încercare este pe măsura unui anumit copil, nu toţi îi pot face faţă, şi de aceea este bine să le daţi de înţeles copiilor că nu trebuie „să-şi demonstreze curajul“ tot timpul. În plus, cu cât îşi concentrează atenţia mai mult asupra lucrurilor care îi interesează, cu atât se vor descurca mai bine şi asta le va spori încrederea în ei.

Şi, în fine, după nenumăraţi ani de experienţă de lucru cu sugarii, dr. Karp ne sugerează să adoptăm o strategie pe care el o numeşte „a face pe prostul“ când ne jucăm cu ei. Prefaceţi-vă că nu ştiţi să faceţi ceva „dificil“, aşa încât ei să se repeadă să vă arate cum fac ei. Acest joc poate fi foarte distractiv, le captează atenţia şi, în plus, le dă satisfacţia că reuşesc să facă ceva „ce este greu de făcut“.

„NU INTERVENI, DOAR PRIVEŞTE“

Am vorbit până acum despre primii ani de viaţă; să vorbim acum despre modul în care le-am putea încuraja copiilor mai mari abilitatea de a ieşi din zona de

confort și de a acționa inteligent, „antreprenorial“. Esențial este să știm ce să nu facem. Dacă ați fost în preajma unor părinți, ați văzut cu siguranță „un părinte elicopter“ în acțiune. Sintagma „părinte elicopter“ are ceva caricatural, desigur, dar realitatea este că unii părinți depășesc, în mod cert, limitele implicării în viața copiilor. Unele lucruri — cum ar fi să solicite un anumit profesor pentru copilul lor sau ca anumiți copii să fie sau să nu fie în clasă cu copilul lor — pot părea inofensive. Poate că au un motiv întemeiat să solicite un anumit profesor. Problemele încep însă când ei se așteaptă ca „solicitarea“ să le fie îndeplinită. În realitate, părinții nu ar trebui să le aleagă copiilor lor profesorii an de an, deoarece nu așa stau lucrurile în lumea reală. Un copil, după ce ajunge în clasele mai mari, nu-și va putea alege profesorii, și cu atât mai puțin va putea face acest lucru la liceu sau la facultate. În plus, părintele îi dă de înțeles copilului că nu poate obține note bune decât dacă are un anumit profesor. Copiii trebuie să învețe cum să facă față meandrelor vieții; ei trebuie să știe cum să se poarte cu toate tipurile de personalități.

„Părintele plug de zăpadă“, un nou tip de părinte prea implicat în viața copilului, nu doar încearcă să controleze mediul și experiențele de viață ale copilului, ci înlătură toate obstacolele din calea lui. Să ceri ca un anumit copil să nu fie în aceeași clasă cu copilul tău este una; dar să ceri să fie schimbată componența clasei și să fii tu de acord cu lista elevilor este cu totul altceva. Un profesor își dă seama foarte repede când un părinte nu se mai mulțumește să-i controleze temele copilului, ci le face chiar el. Proiectele științifice care arată de parcă un adult le-ar fi realizat le sar imediat în ochi educatorilor.

Credeți că acest fenomen poate fi observat numai în școala primară? Nici vorbă. Carolyn O’Laughlin, director la Sarah Lawrence College[105], a scris despre faptul că părinții „plug de zăpadă“ au pătruns și în campusurile facultăților, în parte prin intermediul unor tehnologii precum Skype. Autoarea consideră că acest comportament intruziv poate depăși granițele problemelor curente cu care se confruntă copilul în această etapă și poate pătrunde la un moment dat chiar și în cele mai mici detalii ale vieții acestuia, ajungând să intervină într-o „banală ceartă dintre colegii de cameră pe tema dispariției unui pachet de unt din frigider“.

Experiența didactică i-a demonstrat lui Richard că majoritatea părinților nu sunt atât de exagerați (deși, ca să fim sinceri, există și astfel de cazuri). Firește că, în principiu, orice părinte are această pornire, iar în lumea tot mai competitivă în care trăim, este de înțeles că părinții vor să le ofere copiilor un cât de mic avantaj

atunci când pot. Să reținem însă că un părinte trebuie să știe ce înseamnă acest avantaj, cât de departe poate să intervină. Obiectivul oricărui părinte ar trebui să fie să-și susțină și să-și încurajeze copilul, să-i ofere căldură, fie el sugar, copil mic, elev în clasa a VI-a sau student, fără să intervină prea mult, permițându-i să-și dezvolte propriile competențe. Dacă un copil nu o poate scoate la capăt cu un profesor care nu-i place sau cu niște colegi care-i dau bătăi de cap, sau cu niște teme la care este greu de crezut că va lua notă bună, cum va reuși să intre în viață și să facă față unor probleme atât de complexe? Cum va reuși să profite de ocaziile potrivite și să-și asume riscuri calculate, precum antreprenorii? Cum va putea să ia o decizie majoră cum ar fi să renunțe la un loc de muncă stabil, în învățământ de pildă, ca să înființeze o firmă într-un moment favorabil, dar fără să aibă garanția că va reuși?

În mod similar, faptul că un părinte își lasă copilul să se descurce singur îl poate încuraja să devină o ființă independentă, dar în același timp îl poate lipsi de sprijinul emoțional de care are nevoie pentru a face față unor probleme noi. Rețineți: copiii care nu au părinți protectori nu funcționează optim în „situația străină“ și multe cercetări sugerează că vor fi turbulenți și nu se vor putea concentra la școală sau vor avea un comportament evitant și pasiv. Copiii au nevoie, fără îndoială, de grija părinților, dar de o grijă adecvată.

Datele surprinzătoare oferite de sociologii Keith Robinson și Angel L. Harris[106] evidențiază cât de sănătoasă pare grija părinților. Înțelepciunea convențională susține că profunda implicare a părintelui în educația copilului este un lucru bun, care le aduce beneficii copiilor și le îmbunătățește performanțele școlare. Robinson și Harris au analizat studiile care au avut drept obiect de cercetare familiile americane, din anii 1980 până în anii 2000. În cadrul acestor studii s-au adunat date despre progresele școlare ale copiilor, precum și indicatori despre implicarea părinților în activitatea școlară a copiilor. Iată concluzia la care au ajuns Robinson și Harris: „…de cele mai multe ori, implicarea părinților nu este benefică în privința performanțelor școlare“. Faptul că părinții și-au ajutat copiii la teme nu a îmbunătățit rezultatele lor la învățătură. Altfel spus, implicarea frecventă a părinților (evaluată prin diverse mijloace) a dus deseori la rezultate mai slabe la învățătură.

Asta nu înseamnă că părinții nu au rolul lor. În opinia lui Robinson și Harris, părinții pot susține educația copiilor lor transmițându-le un mesaj coerent — cât mai devreme posibil —, acela că școala este importantă în viața unui copil. Părinții trebuie să întărească valoarea școlii (și a activităților școlare), lăsând însă

copiii să-și facă treaba. Iată concluzia lui Robinson și Harris postată pe blogul New York Times: „Ce ar trebui să facă părinții? Ei ar trebui să le creeze copiilor condițiile necesare să învețe, iar apoi să se retragă“. Iată, așadar, un nou model de atașament sigur.

Principiul de bază pe care vi-l propunem este „nu interveni, doar privește“. Această idee este valabilă la toate vârstele și în orice context social se află copilul. E foarte bine să priviți copilul la locul de joacă și să-l supravegheați; la nevoie, puteți interveni. Intervenind însă tot timpul, îl împiedicați să-și dea seama singur ce trebuie să facă. E bine să fiți în preajmă când își face lecțiile, mai ales dacă îl încurajați să învețe. Dacă vă amestecați însă în rezolvarea temelor pentru acasă, îl împiedicați să se dezvolte. Exact ca în „situația străină“, ieșiți din încăpere, rămânând totuși îndeajuns de aproape încât să-i oferiți la nevoie sprijin emoțional și practic.

EȘECUL NU ESTE O OPȚIUNE

Mulți părinți sunt excesiv de protectori, nu pentru că își doresc ca odraslele lor să reușească, ci pentru că se tem că aceștia nu vor izbuti. În schimb, mulți antreprenori consideră că eșecul nu este o opțiune — nu pentru că sunt siguri că vor reuși, ci pentru că ei percep „eșecul“ altfel decât ceilalți. Antreprenorii cred că singurul eșec posibil este acela de a nu încerca, de a nu te întinde să ajungi la creanga de copac de mai departe, de a nu considera aceste momente riscante ocazii de a învăța. Rețineți, antreprenorii își asumă riscuri, dar le calculează dinainte. Întotdeauna există posibilitatea ca o inițiativă să se soldeze cu un eșec, iar dacă se întâmplă acest lucru, antreprenorii știu că oricum se aleg cu ceva de valoare din această experiență, fie și prin simplul fapt că au explorat un teritoriu necunoscut. Iată de ce „eșecul“ înseamnă experiență și direcționare pentru mai târziu. Prin urmare, „eșecul“ nu este o opțiune deoarece… el nu există cu adevărat.

În principiu, Jen a șters cuvântul „eșec“ din vocabularul ei. La lucru, ea se asigură că angajații companiei consideră „eșecul“ o experiență din care au ce învăța; ea este convinsă că, dacă angajații ei ar fi privit altfel eșecurile, compania nu ar fi supraviețuit. Când, în mod inevitabil, apar obstacole în activitatea lor, ea

le transmite un mesaj de încurajare, spunându-le că poți schimba ceea ce faci, în special dacă sapi adânc ca să-ți dai seama de ce un anumit lucru nu merge. Deviza lui Jen este: „Ceea ce nu te omoară te face mai puternic“. John Jacobs, cofondator al Life is Good[107], consideră că avem întotdeauna ceva de învățat din greșeli. „Una dintre cele mai importante lecții pe care le-am învățat a fost aceea că atunci când încerci, ori reușești, ori înveți. Aceste lucruri sunt pozitive în egală măsură. Am învățat să încercăm să continuăm să încercăm, să ne păstrăm agilitatea de a încerca lucruri noi, de a face greșeli, de a eșua și de a învăța din toate aceste «eșecuri». Așa devii mai inteligent. Dacă stai cu brațele încrucișate, stai deoparte sau adopți o atitudine prudentă, nu ai nicio șansă să crești și să evoluezi“.

Atunci când încerci, ori reușești, ori înveți.

Jen și John Jacobs sunt de acord în privința unui principiu: în orice situație poți repurta mici succese, iar copiii trebuie să învețe să le recunoască și să le accepte. Este minunat, desigur, să sărbătorești marile victorii din viața unui copil, dar zilele copiilor noștri sunt presărate cu nenumărate ocazii de a-și confirma mici progrese care, în cele din urmă, vor conduce la succese mai mari. Ajutați-vă copilul să „unească punctele“ și să-și dea seama că micile succese te conduc spre adevăratele beneficii. Când sunteți la masă, încurajați-vă copilul să vorbească despre progresele pe care le-a făcut în driblarea mingii la baschet, de pildă. În loc să-i spuneți că alți copii sunt mai buni decât el la driblarea mingii și să insistați asupra lipsei lui de îndemânare, mai bine lăudați-l pentru orice mic semn de progres. Când reușește, în timpul meciului, să-i fure mingea unui adversar, printr-o manevră bine gândită, iar apoi să dea o pasă ce duce la o aruncare reușită la coș, îl puteți ajuta să înțeleagă că deseori micile succese deschid calea unei adevărate victorii.

Acest lucru este extrem de important în raport cu progresele înregistrate de copil la școală. Ca părinte, cel mai indicat mod de a susține dezvoltarea școlară este de a-i încuraja pe copii să își concentreze atenția asupra fiecărui mic succes pe care îl repurtează. Dacă nu se descurcă foarte bine la matematică, evidențiați fiecare mic semn care dă de înțeles că lucrurile par să meargă spre bine. I s-a părut că una dintre probleme e mai simplă decât altele? A înțeles mai ușor explicațiile

profesorului? A făcut anumite progrese în rezolvarea unei ecuații dificile la algebră, chiar dacă nu a obținut rezultatul corect? Părinții pot juca un rol extrem de important în viața copilului lor ajutându-l să recunoască și să se bucure de astfel de momente. Rețineți că „a sărbători“ un mic progres nu înseamnă neapărat să organizați o petrecere sau să-i cumpărați un trofeu sau să-i spuneți că are toate șansele să devină un geniu în matematică. Ne referim la consolidare — vrem să spunem că trebuie să-l ajutați să înțeleagă că munca sa dă roade și că progresează.

ATITUDINEA ÎNDREPTATĂ CĂTRE PROGRES: GÂNDEȘTE ȘI VEI GĂSI OCAZII FAVORABILE

Dr. Carol Dweck a cercetat câteva decenii[108] modul în care limbajul și comportamentul părinților determină „atitudinea“ pe care o dobândesc copiii pe măsură ce cresc. Ea a constatat că unii copii dobândesc o atitudine „fixă“, în virtutea căreia ei presupun că abilitățile lor personale sunt permanente, imposibil de schimbat, iar experiențele lor negative nu fac decât să le confirme limitele inerente. Alți copii dobândesc o atitudine „îndreptată către progres“, care îi îndeamnă să presupună că realizările pe care le au sunt rodul efortului și al dăruirii lor. În cazul acestor copii, eșecul nu reprezintă sfârșitul, ci un imbold necesar care le direcționează eforturile viitoare.

S-a scris foarte mult despre rolul laudelor în determinarea tipului de atitudine pe care un copil o va dezvolta. Dweck susține că atunci când părinții își laudă copiii pentru trăsăturile lor nu fac decât să sporească atitudinea pesimistă „fixă“, în timp ce atunci când își laudă copiii pentru eforturile lor încurajează o atitudine optimistă, îndreptată către progres. Dacă părinții îi spun tot timpul unui copil că este sclipitor la matematică și, deodată, notele lui — mult sub așteptări — nu par să confirme acest lucru, copilul va începe să creadă că, de fapt, nu este la fel de inteligent precum ceilalți copii. Dacă acesta este adevărul, copilul nu va fi la fel de motivat să-și îmbunătățească notele, căci va crede că s-a înșelat în privința capacităților sale intelectuale. Acest lucru se va accentua dacă părinții încep să se sperie din cauza notelor și să-și manifeste dezamăgirea. Pe de altă parte, dacă părinții și-au încurajat copilul pentru eforturile depuse la matematică de-a lungul anilor, copilul a primit mesajul că elementul esențial pentru obținerea unor

rezultate bune este să se concentreze şi să lucreze cât mai mult. Înarmat cu acest mesaj, copilul va reuşi să facă faţă chiar şi situaţiilor dificile, conştient de faptul că, dacă îşi va canaliza în mod adecvat eforturile, va putea rezolva orice probleme.

Altfel spus, trebuie să recunoaştem că cercetările lui Dweck nu au vizat doar modul în care părinţii trebuie să-şi gestioneze laudele. Rezultatele sale au arătat cum trebuie să le insufle părinţii copiilor această înclinaţie de a identifica şi valorifica oportunităţile, atât de apreciată de mulţi antreprenori de succes. Atitudinea îndreptată către progres îi impulsionează pe copii (dar şi pe adulţi) să se aventureze în necunoscut şi să-şi asume provocările. Ei nu se tem de necunoscut, deoarece ştiu că orice dificultate pe care o întâmpină şi orice eşec cu care se confruntă pot fi depăşite şi nu sunt o reflectare a identităţii sau abilităţilor lor. Părinţii le pot insufla copiilor o atitudine îndreptată către progres încurajându-i atunci când se aventurează în activităţi care nu le garantează un succes imediat. Dacă părinţii încearcă să reducă sau să înlăture obstacolele din calea copiilor — aşa cum obişnuiesc părinţii „elicopter“ sau „plug de zăpadă“ —, nu fac decât să-i lipsească de experienţele esenţiale care îi ajută să dobândească o atitudine îndreptată către progres.

Activitatea de cercetare a lui Dweck a evidenţiat în egală măsură faptul că părinţii trebuie să-şi limiteze criticile la adresa copiilor. Criticile pot fi toxice pentru un copil deoarece ele spun că „ceva din ceea ce eşti tu — adică trăsăturile tale înnăscute — nu este îndeajuns de bun“. Unii copii ar putea răspunde criticilor părinţilor străduindu-se, muncind mai mult; în general însă, să fii tot timpul criticat devine obositor şi îţi insuflă o stare de spirit pesimistă, o atitudine fixă. De fiecare dată când un copil greşeşte sau altcineva face un lucru mai bine, se simte de parcă nu este la înălţimea aşteptărilor şi, odată cu trecerea timpului, ajunge la concluzia că, într-adevăr, nu poate duce acel lucru la bun sfârşit. Şi atunci, depune armele, renunţă. În loc să criticaţi „greşelile“ copilului, consideraţi-le nişte etape trecătoare ale creşterii.

Gândiţi-vă, de pildă, la un copil care face o greşeală în timpul unui meci de baschet, iar din această cauză echipa lui pierde meciul. Nu vă va fi uşor, ca părinte, să transformaţi pe loc evenimentul într-un moment educativ. Copilul se va simţi groaznic, colegii lui de echipă vor fi furioşi sau supăraţi, iar ceilalţi părinţi nu vor fi nici ei încântaţi de acest lucru — lucruri ca acestea se întâmplă însă. Aţi putea spune chiar: „Haide, trebuia s-o prinzi!“ Numai că, vedeţi, acesta este cel mai potrivit moment să vă dovediţi dragostea de părinte. Fiţi înţelegător

și nu acționați de parcă s-ar fi întâmplat cine știe ce catastrofă. Spuneți-i copilului că e firesc să se simtă groaznic o vreme, dar amintiți-i că și jucătorii profesioniști de baschet pățesc așa ceva uneori — iar când li se ia un interviu pe această temă, ei își recunosc greșeala, dar spun că asta nu îi va împiedica să revină pe teren și să joace mult mai bine. Când începe un meci nou, este chiar un joc nou, fără resentimente.

Părinții trebuie să ofere un sprijin realist dacă vor să-și ajute copiii să facă față problemelor inevitabile cu care se vor confrunta când vor crește. E foarte bine să-i laude pentru eforturile lor și să nu-i critice prea des, dar cele două lucruri extrem de importante sunt să-i încurajeze pe copii să înfrunte provocările și să se concentreze proactiv asupra a ceea ce pot face acum pentru a le depăși cu succes. Când părinții le sunt alături copiilor în momentele dificile, ei le susțin resursele psihologice. Dacă adoptați o atitudine pozitivă, le oferiți sprijin și vorbiți despre ceea ce se poate învăța dintr-o anumită experiență și ce se poate face pentru a progresa, îi ajutați pe copii să adopte ideea antreprenorială că eșecurile nu există — ci doar oportunități pentru creștere.

VOR ȘTI COPIII DE AZI, CÂND VOR DEVENI ADULȚI, SĂ IDENTIFICE ȘI SĂ VALORIFICE OPORTUNITĂȚILE?

S-a vorbit mult despre inconvenientele unui parenting excesiv de protector; s-a spus că acești copii, protejați în mod excesiv de părinți, nu vor ști cum să se poarte când vor intra în viață. Adevărul este că nu avem date convingătoare în acest sens. Avem doar impresia că acești copii sunt foarte precauți și nu își asumă riscuri — nu avem însă nicio garanție că vor fi la fel și la maturitate.

Jen a angajat mulți tineri care sunt bine dotați pentru a face față ritmului accelerat și numeroaselor provocări de la firma ei. Firma le oferă în permanență noi oportunități „să-și asume“ din ce în ce mai multe responsabilități — și au toate condițiile „să dea greș“, să se dezvolte și să progreseze. Jen a constatat de asemenea că unii dintre reprezentanții generației Y, în pofida celor ce se spune despre ei, nu se tem să identifice și să valorifice adevăratele oportunități.

Jen își amintește trei dintre acești tineri, care au intrat într-o zi în biroul ei și i-au

spus că se mută în Thailanda să predea limba engleză copiilor de acolo. La început, Jen s-a gândit că aceşti copii se pripesc; la urma urmei, promovaseră rapid la firma ei şi se deciseseră să plece. După un timp a ajuns să-i admire şi să fie mândră de ei. S-au gândit la ce ar fi mai potrivit pentru ei şi s-au grăbit să profite de ocazie fără să se lase descurajaţi de posibilele consecinţe negative ale gestului lor. Au crezut că această nouă etapă din viaţă li se potriveşte şi îi va ajuta să crească. Nu au fost motivaţi de dorinţa de a face ceva ieşit din comun sau ceva riscant de dragul riscului. Au cântărit bine lucrurile şi au ales în cunoştinţă de cauză. Ce ne-am putea dori mai mult de la copiii noştri?

---

[88] „The Overprotected Kid“: Hanna Rosen, www.theatlantic.com/features/archive/2014/03/hey-parents-leave-those-kids-alone/358631, aprilie 2014.

[89] Copeland et al., Pediatrics, 2012 (vezi capitolul 1, n. 4).

[90] „I’m Not Scared: Risk and Challenge in Children’ Programs: Anne Kennedy, Putting Children First, 2009, 31: 9–11.

[91] „The Sure Thing“: Malcolm Gladwell, http://www.newyorker.com/magazine/2010/01/18/the-sure-thing, 18 ianuarie 2010.

[92] „Entrepreneurship and Risk Taking“: Anna Macko și Tadeusz Tyszka, Applied Psychology, 2009, 58: 469–487.

[93] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, mai 2014.

[94] http://www.cdc.gov/HomeandRecreationalSafety/waterinjuries-factsheet.html.

[95] „National High School Athlete Concussion Rates from 2005–2006 to 2011–2012“: Joseph A. Rosenthal et al., The American Journal of Sports Medicine, 16 aprilie 2014, doi: 10.1177/0363546514530091.

[96] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, aprilie 2014.

[97] De pildă, Attachment and Loss: vol. 2. Separation: John Bowlby, 1973, New

York: Basic Books.

[98] De pildă, Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation: Mary D.S. Ainsworth et al., 1978, Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

[99] De pildă, „Conceptualizing the Role of Early Experience; Lessons From the Minnesota Longitudinal Study“: L. Alan Sroufe et al., Development Review, 2010, 30: 36–51.

[100] „The Relation of Parenting, Child Temperament, and Attachment Security in Early Childhood to Social Competence at School Entry“: Kristin M. Rispoli et al., Journal of School Psychology, 2013, 51: 643–658.

[101] De pildă, „Behavioral Inhibition to the Unfamiliar“: Jerome Kagan et al., Child Development, 1984, 55: 2212–2225; Pentru cercetări recente în acest domeniu vezi http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/icd.v23.3/issuetoc.

[102] „Intergenerational Transmission of Risk for Social Inhibition: The Interplay between Parental Responsiveness and Genetic Influences: Misaki N. Natsuaki et al., Development and Psychopathology, 2013, 25: 261–274.

[103] „Infant-Parent Attachment: Definition, Types, Antecedents, Measurement and Outcome“. Paedriatic Child Health, 2004, 9: 541–545.

[104] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autoarea, februarie 2014.

[105] „Snowplow Parents May Be Trapping Their Children“: Carolyn O’Laughlin, http://www.washingtonpost.com/opinions/snowplow-parents-may-be-trapping-their-children/2013/12/20/4eceb40c-6749–11e3–8b5b-a77187b716a3_story.html, 20 decembrie 2013.

[106] „Parental Involvement is Overrated“: Keith Robinson și Angel L. Harris, http://opinionator.blogs.nytimes.com/2014/04/12/parental-involvement-is-overrated, 12 aprilie 2014.

[107] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, octombrie 2012.

[108] Vezi, de pildă, Mindset: The New Psychology of Success: Carol Dweck, 2007, New York: Ballantine Books.

5

Oameni de acțiune

Golnar Khosrowshahi este fondator și președinte al Reservoir Media Management, editor independent de muzică, cu sucursale la New York City și Toronto. Datorită internetului, domeniul editării de muzică, domeniu extrem de competitiv și imprevizibil, a devenit o afacere și mai dificilă. Dacă până nu demult consumatorii de muzică cumpărau un album complet de la un număr limitat de magazine, acum pot cumpăra online anumite cântece și pot alege un furnizor din lumea întreagă. Prețurile au scăzut, și odată cu ele profiturile editorilor de muzică. Totuși, acest domeniu poate aduce succes. Începând cu 2007 (anul înființării), Reservoir a cumulat un catalog de peste 30 000 de cântece, inclusiv creații ale unor artiști precum Beyoncé, Drake, Tim McGraw și Madonna. Reservoir deține drepturile de autor ale temei muzicale a emisiunii concurs America's Got Talent și a vândut drepturile de autor ale unor melodii ale lui Usher și 50 Cent producătorilor filmului „The Hangover" („Marea mahmureală"). Reservoir a dat dovadă de o abilitate unică de a identifica și valorifica oportunități într-o perioadă în care mulți editori de muzică independenți abia mai reușesc să reziste.

Am abordat-o pe Khosrowshahi pentru un interviu[109] pentru că știm că ea întâlnește în mod regulat tineri care încearcă să intre în lumea muzicii. Am întrebat-o despre copiii pe care i-a întâlnit și ce părere are despre problemele cu care se confruntă părinții în prezent. Khosrowshahi ne-a răspuns: „Cred că una dintre cele mai mari provocări cu care ne confruntăm ca părinți este faptul că, în prezent, copiii noștri au toate condițiile să crească având convingerea că totul li se cuvine, iar această convingere ar putea contribui la distrugerea acestei generații". Multă lume împărtășește opinia lui Khosrowshahi. Pe numeroase bloguri și în multe articole, observatorii culturali susțin că reprezentanții actualei generații de copii cresc cu convingerea că nu trebuie să muncească din greu (sau chiar deloc) ca să obțină ceea ce vor. Dacă ar fi să facem o caricatură a

tineretului din ziua de azi, ar trebui să ţinem cont de următoarele atitudini:

• „Sunt special şi ar trebui să fiu tratat ca atare tot timpul.“

• „Cadourile nu sunt ceva ce trebuie prețuit; presupun că mi se cuvin.“

• „Nu ar trebui să aștept să obțin lucrurile pe care mi le doresc; ar trebui să iau ce vreau când vreau.“

• „Profesorii ar trebui să-mi recunoască inteligența sclipitoare și să mă trateze ca pe o ființă dotată. Singura notă care ar trebui să apară în carnetul meu ar trebui să fie 10.“

•„Ar trebui să fiu acceptat la ce facultate vreau.“

• „După absolvire, ar trebui să mă aștepte locul de muncă visat, iar acolo niște oameni să facă totul în locul meu și nu invers.“

Ce ziceți? Vă sună cunoscut? În anumite cazuri, da. Dacă lucrați cu tineri, ca educator sau angajator, puteți fi siguri că veți întâlni unele dintre aceste atitudini la anumiți oameni. Richard a avut de-a face cu astfel de copii, cărora totul li se cuvine, în perioada în care a predat la facultate. La un moment dat, un student a intrat intempestiv în biroul lui și i-a cerut să-i schimbe nota din 7 în 10. Nu a întrebat de ce a fost notat cu 7; a insistat să fie notat cu 10 fără alte discuții. Richard a refuzat și i-a spus că activitatea lui pe tot parcursul semestrului a fost de 7.

— N-are nicio importanță, a răspuns studentul. Cunosc materia la perfecție și ar trebui să fiu răsplătit pentru asta.

— Atunci de ce ai obținut doar 75 de puncte la examenul final?

— Examenul nu a fost corect. Testele nu cuprindeau materia pe care o știu.

Richard, adeptul discuțiilor deschise, i-a spus că testul putea fi greșit, dar dacă ar fi fost așa, de ce alți studenți au obținut note mai mari? Iar unii au obținut chiar

punctaj maxim.

— Asta e dilema mea, a spus Richard. Dacă pentru 75 de puncte meriţi nota 10, ce notă merită cei care au obţinut 100 de puncte?

Această întrebare a pus capăt discuţiei.

Sincer vorbind, este bine ca tinerii să ştie să-şi susţină cauza. Un student este îndreptăţit să se întrebe dacă un examen este evaluat corect. Se întrece măsura atunci când un student porneşte de la premisa că profesorul nu şi-a făcut datoria cum trebuie şi-l acuză că l-a notat greşit sau dacă presupune că i se cuvine o anumită notă. Din fericire, Richard a întâlnit numeroşi studenţi care nu întrec măsura; ei sunt sârguincioşi şi îşi evaluează în mod responsabil activitatea. Un student era să rateze examenul deşi făcuse ore suplimentare. Richard l-a învăţat să adopte altă metodă de lucru şi noi metode de studiu. Datorită eforturilor depuse, studentul a reuşit să obţină 9+ la examenul final. Acest student a reuşit nu doar să obţină o notă mulţumitoare la examen, ci a avut şi profunda satisfacţie ca, după ce a muncit din greu, să aibă rezultate pe măsură. Povestea acestui student este cu adevărat tipică pentru experienţa didactică a lui Richard.

Cu toate acestea, Khosrowshahi şi alţii, care observă în mod regulat comportamentul tinerilor în timpul experienţelor timpurii în câmpul muncii, au probabil informaţiile necesare pentru a afirma că tinerii din ziua de azi se poartă de parcă totul li se cuvine. Nu se poate spune că aceşti tineri nu vor să muncească din greu. E vorba mai degrabă despre faptul că nu vor să facă anumite lucruri pe care ei le consideră degradante şi că anticipează că vor fi răsplătiţi pentru lucruri pe care nu le-au realizat încă. Se spune, de pildă, că unii copii par să creadă că nu ar trebui să îşi înceapă activitatea într-un post de începător şi să facă o muncă de jos — una dintre acelea pe care noi le numim „munci murdare“. Aceşti copii consideră că ar trebui să li se recunoască abilităţile deosebite şi să ajungă în poziţii de vârf. În opinia unor antreprenori precum Khosrowshahi, această mentalitate „mi se cuvine“ nu este deranjantă doar prin aroganţa ei, ci şi pentru că îi împiedică pe copii să obţină succese reale. În orice domeniu, trebuie să înveţi cât mai mult posibil despre activitatea de bază, adică să îţi începi ascensiunea de jos, cu prima treaptă, şi abia apoi vei putea îndeplini sarcini care revin posturilor superioare. Singurul mod în care te poţi perfecţiona şi poţi câştiga experienţă este să faci lucrurile tu însuţi şi să ajungi să cunoşti problemele în cele mai mici detalii. „Muncile murdare“ nu sunt o modalitate prin care angajaţii mai vechi îşi bat joc de noii angajaţi, punându-i

să facă toate corvezile; ba chiar dimpotrivă, aceste activităţi sunt un punct de plecare esenţial pe calea dobândirii competenţei, eficacităţii şi, în cele din urmă, a excelenţei. Din experienţă, vă putem spune că oamenii de vârf din multe domenii se implică zilnic în îndeplinirea „muncilor murdare“, pe care le consideră un pas necesar spre obţinerea succesului.

GENERAȚIA „EU“ VERSUS GENERAȚIA „NOI“?

Specialiştii din domeniul ştiinţelor sociale nu au ajuns la un consens şi nu se pot pronunța dacă tineretul din ziua de azi este mai îndreptăţit decât generațiile anterioare să considere că i se cuvin anumite lucruri. Dr. Jean Twenge[110], în articolul „The Evidence for Generation Me and Against Generation We“, publicat în Emerging Adulthood, analizează o serie de studii şi ajunge la concluzia că există dovezi incontestabile care motivează o creştere a acestei mentalităţi „mi se cuvine“. După cum afirmă Twenge, cele mai multe studii nu au măsurat această mentalitate, ci o serie de concepte asociate precum narcisismul şi stima de sine. Narcisism: „a avea o părere foarte bună despre sine, a fi infatuat“. Cuvântul „infatuat“ face legătura între narcisism şi mentalitatea „mi se cuvine“. Narcisismul este evaluat prin intermediul unui chestionar pe care copiii trebuie să-l completeze, care conţine multe întrebări despre modul în care se percep pe sine, iar răspunsurile, în ansamblu, redau în ce măsură persoana chestionată are o percepție de sine narcisistă. Twenge citează un studiu la care au participat nişte studenți, care au fost convocaţi la intervale regulate în perioada 1980–2009, iar acest studiu evidențiază o sporire constantă în timp a narcisismului — în 2009 fiind atins cel mai înalt nivel. Deşi aceste rezultate sunt semnificative din punct de vedere statistic, amploarea schimbării este totuşi modestă.

Twenge sugerează totodată că nivelul stimei de sine a crescut şi în cazul subiecţilor copii, în asemenea măsură încât aceşti copii au ajuns să aibă o părere exagerat de bună despre ei înşişi. Studiile la care au participat elevi de liceu evidențiază faptul că aceştia îşi însuşesc un punct de vedere tot mai bun despre ei înşişi. După cum subliniază Twenge, aceste salturi pozitive la nivelul percepției despre sine nu sunt însoțite de un număr mai mare de realizări şi de depunerea unui efort sporit. Deşi eşantioanele de studenţi (ale căror date au fost colectate în

perioada 1966–2010) au evidențiat o imagine mai bună despre eforturile lor școlare, rezultatele lor la teste nu au înregistrat o creștere, ba chiar intervalul de timp alocat de studenți studiului a scăzut. Tot mai mulți tineri din America par să aibă o imagine de sine nejustificat de bună.

Dr. Jeffrey Jensen Arnett[111] nu a fost convins de modul de abordare și de analizele lui Twenge. Folosindu-și dreptul la replică în paginile revistei Emerging Adulthood, acesta a afirmat că acele chestionare folosite de Twenge în cadrul studiului despre narcisism nu reflectă o anumită particularitate validă și că unele dintre însușirile menționate sunt, de fapt, pozitive. Ba mai mult, Arnett susține că Twenge a greșit bazându-se în atât de mare măsură pe studenți, care nu sunt o categorie reprezentativă pentru tineret. O serie de studii nu au constatat sporirea narcisismului și a trăsăturilor specifice la ultimele generații.

Părinții nu au decât de câștigat dacă urmăresc dialogul în desfășurare din revistele academice precum Emerging Adulthood, căci atunci când ne gândim la strategiile de creștere a copiilor, ne dorim cel mai adesea să avem la dispoziție descoperiri care să reflecte consensul specialiștilor. Adevărul este că adeseori cercetarea urmărește tendințele sociale. Așa cum dezbaterea teoretică sănătoasă dintre Twenge și Arnett evidențiază acest lucru, cercetarea nu evaluează perfect conceptele despre care vorbim în presa bulevardieră. Tipurile de date disponibile pot fi interpretate în fel și chip și se ajunge astfel la opinii de specialitate contradictorii. Deși ne-am dori acest lucru, este foarte dificil să vii cu un mesaj coerent, demn de a fi reținut.

În cazul mentalității „mi se cuvine“ s-ar putea totuși să nu fie necesar să ajungem la o concluzie clară. Antreprenorii și educatorii observă anumite tipare îngrijorătoare în comportamentul copiilor noștri. Ba mai mult, ei repereză aceste tipare în momente-cheie, de tranziție din viețile copiilor noștri — când aceștia își încep cariera și văd pentru prima oară ce înseamnă „lumea reală“. Atitudinea arogantă pe care o manifestă un copil poate face diferența dintre o ofertă de serviciu și o solicitare rămasă fără răspuns, sau între o slujbă mult-visată la absolvirea școlii și o scrisoare de respingere. Un antreprenor precum Khosrowshahi care conduce o afacere de succes în domeniul muzicii primește nenumărate CV-uri. Cei care aplică pentru angajare nu au doar rezultate bune și talent. Ei sunt dispuși și hotărâți să facă orice — sunt gata „să-și murdărească mâinile“ și să muncească până la epuizare. După cum spunea Khosrowshahi, ea vrea să angajeze tineri „încrezători în sine și responsabili. Ei trebuie să fie oameni de acțiune“.

TREBURILE GOSPODĂREŞTI: VEŞTI BUNE ŞI VEŞTI PROASTE

O modalitate de a-i încuraja pe copii să fie independenţi şi responsabili pare evidentă, nu-i aşa? Daţi-le copiilor ceva de făcut. O opinie extrem de răspândită este aceea că un copil învaţă ce înseamnă să fii responsabil atunci când i se repartizează cu regularitate treburi gospodăreşti. În cele din urmă, copiii învaţă că trebuie să aibă grijă de ei înşişi, trebuie să se descurce singuri; ei înţeleg că nu va exista întotdeauna cineva care să facă totul în locul lor şi să cureţe mizeria după ei. Ei sunt conştienţi că noi toţi trebuie să facem faţă rutinei, să ne implicăm în treburile anoste ale vieţii de zi cu zi. Şi ceea ce este cel mai important, copiii descoperă că, dacă fac acum treburile anoste, mai târziu vor avea parte de lucrurile plăcute, pe care şi le doresc.

Câteva studii pe termen lung ilustrează importanţa implicării în treburile gospodăreşti[112] în copilărie. Primul este un studiu pe termen lung, la care au participat 200 de studenţi (băieţi) la Harvard care au intrat la facultate spre finalul anilor 1930. Cercetătorii au constatat că implicarea în treburile gospodăreşti încă din prima copilărie a fost cel mai important indicator al adaptării psihologice pozitive de mai târziu. În cadrul celui de-al doilea studiu, cercetătorii au constatat că implicarea în treburile gospodăreşti din primii ani de viaţă a fost asociată, în mod categoric, peste douăzeci de ani, cu succesul personal şi academic.

Dat fiind că ambele studii au presupus analizarea unor date adunate timp de câteva decenii, ele oferă dovezi incontestabile că participarea copiilor la treburile gospodăreşti este utilă. Aceşti cercetători au limitat însă studiul la un grup extrem de restrâns de indivizi, născuţi între 1930 şi 1960. Cum stau lucrurile în cazul copiilor din ziua de azi? Center on Everyday Lives of Families (CELF), din cadrul UCLA, a întreprins un studiu care a stârnit interesul general: o analiză multidisciplinară a familiilor din clasa mijlocie din Los Angeles.[113] Cercetătorii au folosit numeroase metode pentru a studia viaţa de zi cu zi, inclusiv chestionare, înregistrări video şi înregistrări în direct ale observaţiilor grupului de cercetători în timp ce se aflau în casele participanţilor la studiu. Concluziile studiului au evidenţiat unele veşti proaste despre copii şi treburile gospodăreşti.

În cadrul unuia dintre rapoarte, publicat în 2009, cercetătorii de la CELF au analizat treizeci de familii din clasa mijlocie, cu două salarii pe familie, din Los Angeles, şi au constatat că în aceste familii copiii petrec „surprinzător de puţin timp ajutând la treburile casnice“. Copiii acestor familii au declarat însă că alocă mai mult timp treburilor gospodăreşti decât o făceau în realitate. Dat fiind că treburile gospodăreşti nu erau o componentă constantă a vieţii copiilor, ei considerau că acestea le tulbură viaţa, nu le acceptau ca pe ceva care merită osteneala sau ceva folositor. Să fie oare aceasta o dovadă solidă că ei se considerau îndreptăţiţi? Nu neapărat — trebuie să avem grijă să nu generalizăm, să nu ne referim la o întreagă generaţie pe baza unui studiu la care a participat numai un număr mic de familii. Metodele de colectare a datelor folosite de cercetătorii de la CELF au oferit însă o imagine detaliată a vieţii acestor familii. Ar însemna să dăm dovadă de neglijenţă dacă nu am ţine cont de ele.

În anumite cazuri, este de înţeles de ce copiii consideră treburile gospodăreşti plictisitoare şi exagerate — în parte pentru că aşa le sunt prezentate şi în parte dacă depăşesc puterea de muncă a unui copil. Dacă tinerii îşi asumă mai multe responsabilităţi decât pot duce nu înseamnă neapărat că vor avea rezultate pozitive. Dacă e bine să li se dea câteva treburi, acest lucru nu înseamnă că trebuie să-i încărcăm peste măsură. Prin urmare, problema noastră, ca părinţi, este să găsim echilibrul adecvat între treburi şi joacă în viaţa copilului nostru, ceea ce-i va permite să culeagă roadele dezvoltării.

O tehnică familiară pe care v-aţi putea gândi s-o folosiţi este să încercaţi să-i daţi copilului o recompensă. În aparenţă, o recompensă ar părea de înţeles; ar fi o motivaţie pentru copil, precum şi o întărire imediată, odată ce şi-a terminat treaba. Cercetările CELF evidenţiază însă faptul că recompensa nu este un stimulent eficient pentru a-i determina pe copii să-şi îndeplinească îndatoririle. Odată ce unui copil i se oferă o compensaţie pentru că şi-a făcut treaba, aceasta nu mai este o simplă îndatorire casnică: este o muncă plătită. El învaţă că, dacă îşi îndeplineşte sarcina aşa cum trebuie, este plătit. Dacă face treabă de mântuială, poate nu este plătit. Toate bune şi frumoase. Numai că plata în sine este o recompensă exterioară. Ar fi mult mai util dacă le-am putea oferi copiilor recompense interioare — cum ar fi sentimente pozitive care să-i îndemne pe copii să facă mai mult decât minimul posibil şi să se implice emoţional în ceea ce au de făcut.

Când Jen angajează pe cineva la firmă, nu caută o persoană care să-şi îndeplinească pur şi simplu îndatoririle incluse în fişa postului — ea caută

oameni care să facă mai mult decât atât şi să îşi asume în mod proactiv responsabilităţi noi sau să aibă iniţiative.

Într-o afacere atât de complexă cum este o firmă de relaţii publice este foarte posibil ca într-o anumită zi sau într-un anumit moment să nu ştii foarte limpede ce sarcini trebuie să îndeplineşti. Un aspect al acestei ocupaţii este să-ţi poţi imagina ce trebuie să se întâmple. Oamenii care nu fac altceva decât să-şi îndeplinească în mod conştiincios, dar strict, fişa postului nu se vor simţi în largul lor, nu vor progresa în aceste condiţii sau nu-şi vor păstra prea multă vreme slujba. Să te limitezi să faci numai lucrurile „pentru care eşti plătit“ este firește un lucru benefic în anumite domenii, dar în lumea antreprenorilor acesta nu este tocmai un principiu călăuzitor.

SĂ-I OBLIGĂM PE COPII SĂ-ŞI FACĂ TREBURILE GOSPODĂREŞTI?

Să nu ne mai gândim la recompense — ce-ar fi dacă i-am obliga pur şi simplu pe copii să-şi facă treburile? Mulţi părinţi din ziua de azi nu au primit în copilărie recompense; li s-a spus doar ce au de făcut şi când să facă aceste lucruri. Faptul că un copil este obligat să facă treburi casnice consolidează poziţia părintelui ca figură de autoritate, dar îi insuflă acestuia şi o etică a muncii. Există însă şi anumite inconveniente. Dacă părinţii îi forţează pe copii să se implice în treburile gospodăreşti, îi împiedică să înveţe alte lecţii utile legate de îndatoririle casnice, precum independenţa. Mai degrabă, îi încurajează să se conformeze. Nu este deloc rău ca un copil să fie cuminte, să-şi asculte părinţii. Numai că, dacă un copil participă la treburile gospodăreşti doar ca să-şi asculte părinţii, el nu va învăţa cum să se descurce singur şi să aibă iniţiativă.

E foarte adevărat că, adeseori, copiii mici nu se conformează imediat unui ordin strict, mai ales când astfel de comenzi devin un mod dominant de comunicare. Trebuie să spunem însă că noi facem distincţia între acele ocazii în care părintele trebuie să-i dea o dispoziţie copilului (de pildă să-i spună că nu trebuie să se apropie de cuptorul încins) şi folosirea în mod constant a unor metode severe. În mod inevitabil, părintele sporeşte intensitatea unei cerinţe (de obicei vorbind tare şi înfuriindu-se), determinându-l pe copil să răspundă la fel. Aţi constatat

probabil personal acest lucru atunci când ați adoptat o atitudine intransigentă. Cât de eficient este cu adevărat să-i impuneți copilului țipând să facă ceva dacă el nu vă dă nicio atenție? Este foarte limpede că doar cerându-le copiilor să se implice în treburile gospodărești nu-i veți educa să și facă acest lucru. Uneori, se vor supune, răspunzând la solicitările exterioare. Mult mai frecvent însă, cicălindu-i și țipând la ei nu veți reuși decât să-i înfuriați, iar treburile vor rămâne nefăcute.

CUM POT OFERI TREBURILE GOSPODĂREȘTI RECOMPENSE INTERIOARE

Știm cu toții că treburile casnice nu sunt distractive. Ele sunt mai degrabă activități „obligatorii“ decât „opționale“. Dr. Michael Inzlicht și colegii săi[114] au analizat aspectele cognitive din perspectiva tendinței oamenilor de a evita ceea ce „trebuie să facă“ în favoarea a ceea ce „vor să facă“. Inzlicht afirmă că motivația influențează în mod profund funcționarea cognitivă și alocarea resurselor mentale. Indivizii își exersează puterea voinței și autocontrolul atunci când își pot conecta comportamentul cu un rezultat dezirabil internalizat (în opoziție cu un rezultat dezirabil datorat unei surse exterioare). De pildă, interesul cuiva de a merge la sală să facă sport (în loc să iasă în oraș cu prietenii) poate fi influențat de sfatul oferit de o autoritate exterioară, un medic sau un nutriționist. Ar fi mult mai util să vă gândiți că alegerea variantei mai sănătoase va avea o influență benefică asupra sănătății voastre și vă va ajuta să vă țineți sub control greutatea. De cele mai multe ori, avem nevoie de o motivație interioară puternică pentru a face lucruri pe care altfel nu le-am face.

Putem aplica acest studiu și în cazul părinților care vor să-și determine copiii să facă treburi gospodărești, sau chiar să devină niște persoane active, niște oameni de acțiune. Treburile gospodărești sunt în mod inerent ceva neplăcut, iar dacă părinții sporesc acest lucru (cicălindu-și copiii, propunându-le ceva la schimb sau mituindu-i) nu fac decât să reducă în loc să mărească probabilitatea ca ei să aloce resursele mentale necesare pentru a îndeplini aceste treburi. Cicălindu-și copiii sau cerându-le să-și facă treburile, părinții nu fac altceva decât să le inducă odraslelor ideea că treburile gospodărești sunt niște sarcini slab motivaționale — o muncă pe care, în mod cert, „trebuie s-o facă“, nu pe care „vor s-o facă“.

Recompensele exterioare, fie ele laude, fie plată de orice fel, ajung să fie procesate cognitiv ca semnale că treburile gospodărești nu sunt niște sarcini care induc o motivație serioasă.

Așadar, ar trebui să ne scutim copiii de treburile gospodărești? În niciun caz. Ca părinți, putem adopta următoarea strategie: să luăm un lucru care nu este amuzant („trebuie făcut“) și să-l transformăm în ceva care este amuzant („vreau să fac“). Emisiunile de televiziune și cântecele reușesc această performanță când prezintă copii care-și fac treburile cântând și dansând. Aceste sfaturi amuzante care sugerează cum să transformăm timpul destinat treburilor gospodărești în timp de joacă sunt, de fapt, susținute de cele mai recente orientări din științele cognitive. Dacă aveți un copil de 2–3 ani sau puțin mai mare, invitați-l să vă ajute să așezați masa, în timp ce cântați și râdeți; veți constata că este o invitație mult mai îmbietoare și dă rezultate mult mai bune decât dacă îl cicăliți sau îl obligați să facă ceva. Dacă puneți muzică și dansați în timp ce faceți treabă, îi puteți transmite copilului că îndeplinirea treburilor casnice este ceva plăcut, nu ceva plictisitor, ce trebuie evitat.

Este foarte bine să fiți veseli când faceți ceva. O abordare care dă și mai multe roade este să faceți treburile împreună. Îi veți oferi astfel copilului un motiv de ordin social să vi se alăture și îi veți demonstra că, atunci când pui ordine în casă și în lucruri, nu trebuie neapărat să fie plictisitor. Îi puteți transmite astfel o atitudine grijulie, utilă în comunitate. Fie că împăturiți lenjeria de pat, fie că spălați mașina, veți avea ocazia să petreceți puțin timp cu copilul, în care el să vă poată împărtăși ce i se întâmplă, știind că i se dă toată atenția. Treburile gospodărești pot ajunge astfel să sudeze legăturile în cadrul familiei.[115]

Sigur că este foarte util să-i convingi pe copii să facă anumite treburi singuri. Când copiii îndeplinesc treburi gospodărești, ei își dovedesc că sunt competenți. Acesta este un alt tip de motivație interioară — precum și o percepție a sinelui care diferă în mod substanțial de viziunea „mi se cuvine“ care ne îndeamnă să gândim: „Sunt special și trebuie să existe tot timpul cineva care să facă lucrurile în locul meu“. Să-ți poți purta de grijă și să te simți independent — o adevărată răsplată interioară. Aceste îndatoriri devin în cel mai firesc chip activități pe are „vrem să le facem“. Unii părinți consideră că e bine pentru copii să li se dea anumite treburi de făcut, iar ele să fie înscrise pe o tablă, de pildă, căci au astfel ocazia să vadă ce au de făcut și ce au terminat deja. Asigurați-vă însă că nu vă încărcați copiii peste măsură. Copiii mici vor fi încântați că sunt capabili să-și potrivească ciorapii pe perechi, dar ar fi exagerat să le cereți să-și împăturească

perfect lucrușoarele, căci nu vor reuși și va fi greu și pentru ei și pentru voi, ca părinți. Fiecare părinte își cunoaște copilul mai bine ca oricine. Așadar, gândiți-vă ce credeți că pot face și ce credeți că le-ar plăcea să facă. Richard își amintește că pe vremea când fiica lui tocmai învățase să meargă îi plăcea teribil cum erau împăturite șervetele la restaurant. Ori de câte ori aveau musafiri acasă, fiicei lui îi plăcea să ajute la aranjarea mesei, pentru că putea împături șervetele cum îi plăcea ei. Dați-le libertate copiilor și lăsați-i să-și scoată la iveală abilitățile în formare. Se vor simți astfel din ce în ce mai puternici — și vor fi mai motivați să facă ceea ce le cereți.

Aveți grijă și nu-i lăudați în mod exagerat după ce au terminat o treabă; acest tip de recompensă exterioară poate zădărnici cea mai puternică motivație interioară și, implicit, îi va crea copilului impresia că treburile gospodărești sunt ceva neplăcut. Gândiți-vă ce lucruri le-ați putea spune copiilor (adoptând un ton optimist) care să-i îndemne să-și întărească singuri beneficiile aduse de o anumită sarcină. V-ați putea întreba, de pildă, copilul: „Cum te simți acum, după ce ți-ai așezat toate jucăriile la locul lor?“ Când le repartizați câte-o treabă, încercați să nu puneți accentul pe efortul pe care trebuie să-l facă. Subliniați, în schimb, ce beneficii directe îi va aduce copilului treaba aceea odată făcută. Spuneți-i, de pildă, unui copil de 1–3 ani că, dacă pune la locul lor câteva jucării, va reuși astfel să le protejeze, pentru că nu se vor strica în înghesuiala creată. Când vă adresați unui puber sau adolescent, spuneți-i că, dacă își aranjează hainele, lucrul acesta îl va ajuta să arate bine în continuare. Încercați să prezentați treburile gospodărești într-o lumină pozitivă. Copiii sunt întotdeauna foarte atenți la emoțiile părinților; dacă vă veți păstra optimismul indiferent cât de multe probleme aveți de rezolvat, este foarte posibil ca ei să adopte o atitudine similară.

SĂ-I ÎNVĂȚĂM PE COPII SĂ MUNCEASCĂ PRIVIND ȘI FĂCÂND

Mulți dintre antreprenorii cu care am avut ocazia să vorbim și-au amintit că au stat pe lângă părinții lor în timp ce aceștia lucrau. Când erau copii, acest lucru le-a dat ocazia nu doar să-și vadă părinții îndeplinind tot felul de sarcini, ci i-a și ajutat să înțeleagă că, atunci când te ocupi de sarcini mărunte contribui, de fapt,

la realizarea unei sarcini mai importante. Golnar Khosrowshahi de la Reservoir Media Management își amintește: „Eu și fratele meu ne-am petrecut sâmbetele la birou cu părinții noștri, pentru că ei lucrau șase zile pe săptămână. Am petrecut mult timp cu tot felul de oameni care lucrau acolo. Am avut multe de învățat de la personalul administrativ — cum trebuie organizată munca, cum să comunicăm, cum să scriem o scrisoare oficială. Pe măsură ce am crescut, jocul nostru preferat era „la birou“: eram colegi și tot timpul ne confruntam cu probleme urgente, cum ar fi întârzieri la livrarea unor produse“.

Nick Sarillo, fondator și director general a două restaurante din Chicago și autor al cărții A Slice of the Pie: How to Build a Big Little Business[116], a avut multe astfel de experiențe importante în copilărie. Începând de la vârsta de zece ani, Sarillo și-a petrecut verile lucrând la compania de construcții a tatălui său. Acolo, a învățat că sunt multe lucruri prozaice de făcut pentru a conduce cum trebuie o afacere. „La început, m-a pus să adun deșeuri de metal și să le arunc. M-a învățat cum să car scări, ca să pot muta lucruri împreună cu el. N-aș putea spune că mă muncea prea greu; munceam o oră, iar apoi mă odihneam, stăteam lângă el încă o oră. Uneori, în miezul zilei, mă duceam și mă culcam în cabina camionului.“

Mai târziu, Sarillo a lucrat în fast-foodul tatălui său, unde a făcut de toate, de la spălarea podelelor până la servirea sandviciurilor. În timp, Sarillo a înțeles că existența tatălui său (și implicit a familiei) depinde de rezolvarea tuturor acestor treburi. Sarillo nu primea nicio compensație exterioară și nimeni nu-i spunea că trebuie să muncească; munca era o realitate și trebuia făcută. „Acolo am deprins această mentalitate: pot să fac orice“, spune Sarillo. „Nu pot nu exista în vocabularul nostru. Munceam din greu pentru a obține cele de trebuință, și trebuia să facem orice era de făcut. Să muncim din greu era singura noastră opțiune.“

Dacă vă luați copilul la serviciu, acolo va putea învăța că nicio muncă nu este degradantă și că până și cei mai valoroși și mai bine plătiți specialiști fac muncile de jos la nevoie și nu așteaptă să le facă alții în locul lor. Richard își amintește de prima conferință academică la care a participat după ce a absolvit facultatea; s-a dus devreme să ocupe un loc în față, să-l asculte pe un important cercetător și psihiatru. Când a intrat în sală cu cincisprezece minute înainte de începerea conferinței, l-a văzut pe cercetător adunând niște gunoaie de pe jos și aranjând scaunele. Dacă Richard ar fi adus-o pe fiica lui cu el, aceasta ar fi văzut cu ochii ei că oamenii de succes nu consideră că „nu e de demnitatea lor“ să

strângă gunoaiele de pe jos, de pildă. Ba chiar dimpotrivă, aceştia consideră că muncile de jos sunt o parte esenţială a experienţei care conduce la dobândirea unei mentalităţi de succes.

Nu toţi părinţii îşi pot duce copiii la locul de muncă. Dacă aşa stau lucrurile şi în cazul vostru, lăsaţi copilul să vă observe atunci când lucraţi acasă. Împărtăşiţi-i nenumăratele lucruri pe care trebuie să le faceţi ca să progresaţi. Găsiţi o modalitate de a-l lăsa să vă ajute. La fel ca în cazul treburilor gospodăreşti, asiguraţi-vă că-i daţi de făcut ceva ce poate face singur. Pentru a găsi o modalitate de a vă implica în activitate copilul, daţi frâu liber imaginaţiei. Richard a pus-o pe fiica lui să-l ajute să-şi conceapă prezentarea Power Point când a început să ţină conferinţe. Erau lucruri pe care le făcea cu plăcere şi care-i dădeau prilejul de a se simţi competentă şi eficace în contextul lumii reale.

PRIMELE LOCURI DE MUNCĂ: SEMNIFICAŢIE VERSUS BANI

Nick Sarillo este convins că munca are un impact hotărâtor asupra unui tânăr; el a creat un program de lucru special la restaurantul său din Chicago, destinat tinerilor fără experienţă în domeniu, care beneficiază de o pregătire care îi ajută să înţeleagă valoarea „muncilor murdare“. Programul este foarte bine pus la punct, astfel încât să insufle simţul răspunderii şi independenţă. De pildă, când îşi încep activitatea la restaurantul lui Nick, tinerii primesc un dosar cu toate materialele pentru pregătire, pe care trebuie să le urmărească în permanenţă — căci nimeni nu va face asta în locul lor. Odată ce au fost angajaţi, trebuie să aleagă în mod proactiv anumite specializări şi nu să aştepte să fie repartizaţi. Cum creşterile salariale depind de formarea continuă, angajaţii trebuie să decidă cât de mult efort vor să depună şi cât de mult vor să câştige. Sarillo explică: „Ei sunt direct răspunzători de pregătirea şi performanţele lor“.

Sarillo ştie că simţul responsabilităţii stimulează motivaţia interioară nu doar la copii, ci şi la tinerii adulţi; ei sunt astfel capabili să considere munca ceva ce au ales şi pot gestiona. Nick îi susţine pe aceşti tineri transmiţându-le cât de clar se poate că el şi ceilalţi angajaţi cred în ei şi îi consideră importanţi şi valoroşi. Datorită eforturilor sale, activităţi precum spălatul pe jos sau tăierea legumelor

au devenit munci pe care tinerii „vor să le facă“. Ei sunt mândri de munca lor și o consideră punctul de plecare al viitoarelor realizări. Odată cu trecerea timpului, își dezvoltă abilitățile, își asumă noi responsabilități și asimilează lecțiile pe care le-au învățat.

În primii ani ai adolescenței, implicarea în munci voluntare sau plătite le poate trezi tinerilor dorința de a munci ajutându-i să perceapă produsele tangibile ale muncii lor. Josh Baron și Rob Lachenauer, care scriu pe blogul Harvard Business Review[117], au susținut cu tărie ideea ca toți copiii să muncească vara. Ei au sugerat că aceste experiențe timpurii în câmpul muncii încurajează disciplina, o atitudine realistă și le insuflă ideea că orice muncă trebuie făcută cu conștiinciozitate. „Copiii care muncesc, chiar și jumătate de normă sau voluntar, se bucură de mai mult succes, atât pe plan personal, cât și profesional.“

Nu toată lumea este de acord că o slujbă pe timp de vară este cheia care deschide ușa succesului — ba chiar unii susțin că poate frâna dezvoltarea tinerilor din ziua de azi. Dr. Christopher Ruhm și dr. Charles Baum[118] au publicat un articol în National Bureau of Economic Research în care prezintă rezultatele unui studiu pe termen lung, la care au participat două grupuri de tineri. Un grup de peste 12 000 de persoane cu vârste cuprinse între 14 și 21 de ani a fost inclus în studiu în 1979; un al doilea grup de circa 9000 de tineri cu vârste cuprinse între 12 și 16 ani a fost inclus în studiu în 1997. Ambele grupuri au continuat să ofere date și la maturitate. Datorită acestui studiu, cercetătorii pot compara două „cohorte“ separate de douăzeci de ani. La generația mai în vârstă, cercetătorii au consemnat avantaje clare și de durată datorate faptului că aceștia au muncit peste vară; copiii care au avut slujbe peste vară au declarat venituri (în preajma vârstei de 30 de ani) de peste opt ori mai mari decât cei care nu au lucrat peste vară când erau adolescenți. Acest beneficiu era însă mult mai mic în cazul grupului 1997, ceea ce i-a determinat pe unii să sugereze că în prezent munca peste vară oferă beneficii limitate.

Datele puse la dispoziție de astfel de studii oferă o imagine incompletă însă. Chiar dacă tinerii din ziua de azi nu ajung să câștige mai mulți bani datorită slujbelor pe care le-au avut în adolescență, acest lucru nu îi va împiedica să fie niște oameni interesați, responsabili și dornici să-și facă datoria, ceea ce le va fi de un real folos în carieră. Adolescenții de la restaurantul lui Nick Sarillo nu lucrează doar ca să câștige niște bani sau ca să arate că fac ceea ce li se spune. Faptul că fac parte din echipa lui Sarillo le oferă ocazia de a avea experiențe importante care le influențează viața.

Beneficiile materiale ale muncii de peste vară sunt importante, fără doar şi poate. Dar adevăratele avantaje apar atunci când experienţele de muncă se asociază cu ceva ce există în interiorul copilului. Şi slujbele neplătite şi voluntariatul le oferă ocazia copiilor să se ocupe de lucruri noi şi să facă munci mai puţin interesante. În unele cazuri, voluntariatul este ideal deoarece el le impune copiilor să accepte să facă „orice este nevoie“, nu doar sarcinile prevăzute în fişa postului. Orice pot face copiii pentru a fi în legătură cu motivaţiile interioare în „lumea reală“ se va dovedi benefic şi-i va motiva să vrea să muncească şi mai mult.

Şi simplul fapt că-şi caută de lucru, o slujbă plătită sau de voluntar, este benefic pentru copii, pentru că îi ajută să se obişnuiască mai mult să identifice şi să valorifice ocaziile care apar. Când Richard era la facultate, a contribuit parţial la plata taxei de şcolarizare, lucrând atât în timpul verii, cât şi pe parcursul anului şcolar. Universitatea la care studia avea o şcoală de medicină şi în anul II a găsit o slujbă la biroul administrativ al Departamentului de Genetică. Pentru unii tineri, aceasta ar fi fost o ocazie interesantă, dar pe Richard nu-l interesa activitatea administrativă, iar faptul că trebuia să lucreze cu tot felul de facturi nu era deloc plăcut. Într-o zi, după program, a decis să facă o plimbare în jurul şcolii de medicină. A văzut un afiş despre posibilitatea de a lucra şi a studia la Departamentul de Neuroanatomie ca asistent de cercetare. A profitat de ocazie, a fost acceptat şi în câteva săptămâni învăţa tot felul de metode de cercetare. Acest post a ajuns să fie atât de important pentru el, încât a început să chiulească de la cursuri ca să lucreze ore suplimentare, fără să fie plătit. De ce să stea într-un amfiteatru şi să vadă proiectate pe un ecran diapozitive reprezentând creierul, când putea diseca el însuşi un creier?

Adevăratele beneficii ale introducerii tinerilor în „lumea reală“ sunt imprevizibile, iar uneori nu devin evidente decât la maturitate. Jen a avut şi ea partea ei de slujbe de „adolescentă“ — a pus alimentele în pungi la o băcănie, de pildă, sau a lucrat la departamentul pentru clienţi al unui magazin de electronice. Mai târziu, a făcut mai multe stagii la câteva firme de avocatură, la firme de marketing şi la firme de relaţii publice. Acum, trecând în revistă toate aceste experienţe, şi-a dat seama că i-a luat destul de mult timp până să înveţe cum să se poarte în mediul „office“, cu mult înainte să înceapă să lucreze acolo. A acumulat doi ani de experienţă înainte să înceapă prima zi de serviciu. Acest tip de acomodare a constituit un important avantaj în carieră. A reuşit să câştige mai mult pe parcursul carierei? E greu de spus. Numai că banii pe care i-a câştigat nu reprezintă decât o mică parte a poveştii.

„SĂ FII ACTIV“ LA ŞCOALĂ

Am vorbit despre acasă şi despre locul de muncă. Şcoala este un alt loc important unde copiii învaţă să fie nişte persoane active conştiincioase şi muncitoare. Chiar şi la grădiniţă, copiilor li se permite să-şi afirme un anumit grad de independenţă şi de autonomie. Preşcolarii, de pildă, trebuie să fie capabili să intre şi să iasă din clasă. În timpul aparent inofensivei rutine pe care o implică să duci la grădiniţă şi să iei de la grădiniţă un copil mic, părinţii au ocazia, şi ar fi bine să profite de ea, să-şi încurajeze micuţii să devină independenţi şi să dobândească încredere în abilităţile lor.

Jen a avut o revelaţie când fiica ei avea doar doi ani. Ea o numeşte „Momentul Montessori“. Jen a dus-o pe fetiţa ei în prima zi la grădiniţă, iar educatoarele le-au ţinut un discurs de întâmpinare. După ce au terminat, una dintre educatoare s-a ridicat şi a spus: „Dragi părinţi, vă rog să nu vă simţiţi jigniţi, dar trebuie să încetaţi să-i mai încălţaţi şi să-i coborâţi scările în braţe la plecare. La grădiniţă, trebuie să se descurce singuri“. Jen şi-a dat seama că, fără să ştie, o împiedica pe fetiţa ei să se dezvolte normal. Nelăsând-o să se încalţe singură şi să coboare singură treptele, Jen nu-i dăduse ocazia fiicei ei să se descurce singură şi să capete încredere în ea. Mulţi părinţi, la fel ca Jen, cred că-şi ajută copiii dacă fac în locul lor tot felul de treburi zilnice. Copiii sunt capabili însă, chiar şi la vârste mici, să se descurce singuri. Dacă îi lăsaţi să vadă cum trebuie să procedeze, le daţi ocazia să înveţe şi să crească.

La grădiniţă, copiii mici pot îndeplini, prin rotaţie, anumite „treburi“. Aceasta este o tradiţie foarte sănătoasă, care poate continua foarte bine şi în perioada şcolară. În discuţiile pe care Richard le-a avut cu părinţii, unii dintre ei au declarat că nu sunt de acord cu această practică. Unii părinţi erau nemulţumiţi şi spuneau că elevii nu ar trebui să facă anumite treburi pe care unii angajaţi sunt plătiţi să le facă. Aceşti părinţi n-au înţeles însă cum stau, de fapt, lucrurile. Cât timp sunt la grădiniţă, clasele sunt „casele“ copiilor. În clasă, copiii învaţă să fie responsabili şi să fie mândri că-şi fac treburile care li s-au repartizat. Ei ştiu cum să-şi monitorizeze sarcina săptămânală şi o îndeplinesc fără să fie îndemnaţi de educatoare. Astfel, ei devin încă din copilărie nişte persoane active şi încep să fie mai întreprinzători (adică au tendinţa de a munci din greu pentru a atinge un

scop).

ACTIVITATEA ŞCOLARĂ

Pe măsură ce cresc, cea mai importantă „ocupație“ a copiilor este desigur să învețe. Activitatea școlară le oferă copiilor nenumărate oportunități să dobândească o etică a muncii. Un studiu recent a confirmat că asiduitatea și conștiinciozitatea încep să-și facă simțită prezența încă din perioada preșcolară[119], influențate, fără îndoială, de faptul că la grădiniță copiilor li se permite să beneficieze de o anumită independență. Iată de ce părinții pot avea în acest caz o influență benefică sau, dimpotrivă, nocivă. Am vorbit despre modul în care un „părinte elicopter“ și „plug de zăpadă“ poate împiedica un copil să dobândească o atitudine îndreptată către progres și să-și asume riscurile adecvate. Astfel de atitudini parentale pot împiedica dobândirea unor deprinderi serioase de muncă. Copiii trebuie să-și facă singuri lecțiile, în cât mai mare măsură (dacă nu chiar în totalitate). Dacă le faceți în locul lor — sperând să le asigurați astfel note mari —, îi împiedicați să stăpânească această deprindere, să fie conștiincioși și să fie responsabili.

S-au scris multe cărți despre importanța crucială a „motivației intrinseci“ pe parcursul anilor de școală.[120] Această motivație este esențială și le asigură succesul imediat și ulterior la învățătură. Când spunem asta nu avem în vedere obținerea unor note mari per se, ci mai degrabă cultivarea și sporirea beneficiilor muncii susținute. Dr. Rebecca Shiner și dr. Ann Masten au evidențiat, de pildă, faptul că apariția motivației de a îndeplini anumite sarcini[121] în timpul copilăriei prevestește tendința de a munci din greu și de a face față provocărilor la vârsta de treizeci de ani. Altfel spus, adevărata miză nu este nota pe care o obține copilul la proiectul de știință, ci dacă este sau nu motivat să facă proiectul și să depună toate eforturile să iasă bine. Adică să-și facă treaba conștiincios.

Așadar, cum ar putea încerca părinții să cultive „motivația competenței“ (imbold interior de a deveni bun la ceva — considerând „competența“ o sarcină) și „motivația intrinsecă“ (mai degrabă o dorință interioară decât așteptarea unei recompense exterioare) la școală? Totul se reduce la atitudine. Copiii trebuie să înțeleagă ce așteptări au părinții în privința efortului pe care trebuie să-l depună

și a strădaniilor lor la școală; ei trebuie să priceapă mesajul: că este important și o prioritate pentru ei să consacre timpul necesar pentru a-și face lecțiile cum trebuie. Ei ar trebui să fie conștienți că este mai important efortul depus personal decât rezultatul, așadar nu aveți niciun motiv întemeiat să faceți temele în locul lor.

Cât timp copiii își fac temele, trebuie să aveți grijă să nu-i distrageți de la lucru. Încurajați-i să-și termine lecțiile, iar apoi lăsați-i să facă ce le place. Ar trebui să aibă un program zilnic care să le încurajeze deprinderile sănătoase de lucru. E foarte bine să discutați cu ei și să-i întrebați cum cred că ar fi mai bine să arate programul lor de lucru, ca să aibă suficient timp să-și facă temele; astfel, vor începe să înțeleagă cât de important este să nu aibă timpi morți. Dacă procedați astfel, nu faceți treaba în locul copilului, ci creați condițiile fizice, emoționale și cognitive necesare tipului de efort care va genera motivația de a învăța, de a-și îndeplini sarcinile.

Iar acesta este un element esențial. Este nevoie de un anumit efort și de disciplină pentru a trezi dorința copiilor de a face ceva singuri. Motivația interioară este generată de faptul că, atunci când faci ceva, constați că, ducând acel lucru la bun sfârșit, te simți bine. Materia poate deveni mult mai interesantă atunci când îți canalizezi cum trebuie efortul. Am putea face o analogie cu exercițiile fizice. Pe unii dintre noi îi îngrozește ideea de a alerga sau de a se duce la sală, să facă exerciții. Odată ce am început însă — adică după ce corpul nostru și mintea simt plăcerea care decurge din acest efort — suntem mult mai motivați să recreăm acel sentiment. Nu avem cum să trișăm. Nimeni nu poate face exercițiile în locul nostru. Trebuie să le dedici timp și energie, iar odată ce ai început, motivația sporește. La fel stau lucrurile și cu temele copiilor.

UITAȚI DE NOTE

Dacă părintele se arată interesat de activitatea școlară a copilului — nu de note, ci de conținutul acesteia —, transmite un mesaj extrem de important. Se acordă prea multă atenție notelor la toate nivelurile de educație, așa încât ele pot pune în umbră toate celelalte aspecte, atât în cazul părinților, cât și al copiilor. Pe de o parte, interesul manifestat față de note este de înțeles și chiar lăudabil. Notele

sunt mult mai grăitoare și sigure în prezent, când pretutindeni se folosesc testele și calificativele. Iar notele evidenţiază modul în care un copil stăpâneşte o anumită materie, de pildă. Problemele apar atunci când notele devin mai importante decât procesul de învățare, și anume gradul său de implicare și deprinderile sale de a învăța.

Gândiți-vă ce întrebări îi puneți copilului când se întoarce de la școală. Îl întrebați imediat ce note a luat sau cum se pregătește pentru viitoarele examene? E important să puneți accentul pe performanță, dar e mult mai eficient decât credeți să aveți discuții zilnice cu copiii despre lucrurile interesante pe care le-au învățat (chiar dacă acest lucru pare demodat). Purtând astfel de discuţii îi transmiteți copilului că sunteți conștient cât de mult muncește și că apreciați acest lucru. Aceste discuții vă oferă în același timp posibilitatea să descoperiți subiectele care îl interesează și îl entuziasmează pe copil. Dacă micuțului îi place istoria, încurajați-l să vorbească despre ce învață. Dacă îl urmăriți cu atenție și interes, veți reuși să-i sporiți curiozitatea, entuziasmul și „motivația competenței“.

În loc să-i faceți pur și simplu temele, mai bine vorbiți cu el despre ce anume are de făcut. Copiii sunt mult mai curioși în privința lumii în care trăim decât ne dăm noi seama. Copiilor le fac plăcere discuțiile care le stimulează curiozitatea și sunt mult mai puțin încântați când trebuie doar „să asculte“ sau „să fie chestionați“ ca să demonstreze cât de bine învață. Dacă veți sta de vorbă cu el, ați putea fi plăcut surprins când veți constata cât de convingător vă vorbește copilul despre o problemă de matematică. Fie că se descurcă bine sau îi e greu la matematică, întrebați-l ce anume învață și dacă îl interesează materia. Dacă se exprimă cu greutate, încurajați-l să vă spună ce nu înțelege. Nu faceți însă asta ca să-i săriți în ajutor și să rezolvați problema în locul lui. Uitați de note. E mai important să-i treziți interesul pentru această materie, iar astfel va putea învăța mai ușor și va obține și note mai bune.

Notele le sunt de folos părinților pentru că semnalează la ce materii se descurcă sau nu copiii lor. O notă mică ar trebui să vă îndemne să vă gândiți cum să vă ajutați copilul în continuare. Stați de vorbă cu copilul și colaborați cu profesorul. Lăsați-l pe copil să preia controlul și încurajați-l să identifice și să încerce noi strategii. Convingeți-l că este foarte important să accepte provocările chiar dacă rezultatul nu este cel așteptat. Iar dacă micuțul ia note mari, ajutați-l să-și dea seama ce merge bine și cum reușește să le obțină. Dacă faceți legătura între note și deprinderile sale de lucru, veți anticipa ce i-ați putea spune în viitor când

temele vor fi mai dificile şi îi va fi mai greu să ia note mari.

Notele le sunt de folos părinţilor pentru că semnalează la ce materii se descurcă sau nu copiii lor.

Evitaţi însă să îi oferiţi recompense pentru performanţele lui. Dacă îl răsplătiţi pentru notele mari, contraziceţi toate rezultatele cercetărilor din ultimele decenii din domeniul ştiinţelor dezvoltării şi educaţiei care evidenţiază importanţa motivaţiei intrinseci. Cele mai multe dintre studiile recente sugerează că, dacă vă recompensaţi copilul pentru notele bune, în cel mai bun caz, veţi obţine rezultate modeste, iar impactul va fi nesemnificativ. Şcolile cu rezultate slabe au încercat să-şi motiveze elevii recompensându-i. Dr. Roland Fryer, de la Harvard[122], a demonstrat în urma cercetărilor efectuate că impactul real asupra notelor a fost minim (deşi s-au constatat anumite efecte, care s-au manifestat prin creşterea efortului depus de elevi).

OAMENI ACTIVI ODATĂ INTRAŢI ÎN VIAŢĂ

Dacă vreţi să contracaraţi orice tendinţă care promovează atitudinea „mi se cuvine“ a copiilor din ziua de azi — şi dacă vreţi, în schimb, să vă vedeţi copiii crescând cu o serioasă etică a muncii şi având imboldul de a reuşi —, atunci nu există altă soluţie de a vă ajuta copiii decât aceea de a le insufla o atitudine pozitivă faţă de acţiune. Să-i încurajăm pe copiii noştri să muncească din greu cu plăcere şi să facă sacrificii acum pentru îndeplinirea unor obiective mai importante. Să-i ajutăm să-şi dea seama cât de mulţumitoare poate fi o anumită ocupaţie, chiar dacă ea presupune să facă şi munci de jos, cum ar fi să spele podelele, să cureţe mesele sau, de ce nu, să facă pizza. Şi să ne asigurăm în acelaşi timp că, atunci când va sosi momentul, se vor descurca singuri, în loc să se bazeze pe noi, să facem, ca părinţi, treaba în locul lor.

Jen a constatat uneori că anumiţi tineri nu sunt pregătiţi să păşească în lumea

reală. I s-a întâmplat ca părinţii unor tineri de 24 de ani să o sune şi s-o roage să le primească fiii sau fiicele la interviu pentru a fi angajaţi în firma ei. Să fim sinceri, e greu de crezut că astfel de candidaţi puteau fi nişte oameni de acţiune. Suzanne Cohon, care deţine firma ASC Public Relations din Toronto[123], caută tot timpul pentru firma ei persoane tinere ambiţioase şi gata să acţioneze. Mi-a vorbit despre propria ei experienţă, a crescut într-o familie cu patru copii. Era de la sine înţeles că fiecare dintre copii va avea un anumit grad de independenţă şi iniţiativă. Îşi aminteşte cum s-a dus absolut singură să facă turul campusurilor, să se poată decide la ce facultate să-şi depună candidatura. A trebuit să afle de una singură cum poate ajunge acolo şi să se descurce singură. Deşi este important ca părinţii să-şi susţină copiii atunci când îşi aleg liceul sau facultatea, experienţa lui Cohon — a cărei părere este împărtăşită de Jen, care s-a dus tot singură să viziteze campusurile, să se poată decide ce facultate să aleagă — ne aminteşte că trebuie să fim foarte atenţi atunci când ne lăsăm copiii să-şi asume responsabilitatea de a se desprinde de familie şi de a deveni persoane independente. Richard a auzit că şeful unei comisii de admitere de la o facultate le-a spus ceva asemănător părinţilor: nu mai folosiţi cuvântul „noi“ când vorbiţi despre admiterea copilului la facultate. Nu dumneavoastră, părinţii, vă depuneţi dosarele şi vreţi să fiţi admişi, ci copiii dumneavoastră. Ar trebui să-şi completeze formularele singuri şi da, să-şi rezerve timp să viziteze campusul şi să încerce să afle cât mai multe despre cum va fi când vor ajunge studenţi.

Copilul vostru trebuie să fie persoana activă.

Nu e deloc uşor pentru părinţii care vor să se asigure că odraslele lor vor intra la cele mai bune facultăţi. Una este să-i susţină. Şi altceva este să facă totul în locul lor. Copilul vostru trebuie să fie persoana activă. Facultăţile îşi dau seama cu uşurinţă dacă eseul e scris de părinte sau de copil. Lăsaţi-l să-l scrie singur. Dacă va fi un om activ, va reuşi multe lucruri nu doar pe termen scurt; acest lucru îi va fi de un real folos şi mai târziu în viaţă.

---

[109] Schimb de e-mailuri şi interviu prin telefon cu autorul, decembrie 2013 şi

ianuarie 2014.

[110] „The Evidence for Generation Me and Against Generation We“: Jean Twenge, Emerging Adulthood, 2013, 1: 11–16.

[111] „The Dangers of Generational Myth-Making: Rejoinder to Twenge“; Jeffrey Jensen et al., Emerging Adulthood, 2013, 1:17-20.

[112] „The Misperception of Chores: What’s Really at Stake?“: Richard Rende, 2014, raport pregătit pentru Whirpool Corporation; „The Development Significance of Chores: Then and Now“: Richard Rende, The Brown University Child and Adolescent Behavior Letter, 2015, 31: 1, 6–7.

[113] „Children and Chores: A Mixed-Methods Study of Children’s Household Work in Los Angeles Families“: Wendy Klein et al., Anthropology of Work Review, 2009, 30: 98–109.

[114] „Why Self-Control Seems (But May Not Be) Limited“: Michael Inzlicht et al., Trends in Cognitive Sciences, 2014, 18: 127–133.

[115] „A Review of 50 Years of Research on Naturally Occuring Family Routines and Rituals: Cause for Celebration?“: Barbara H. Fiese et al., Journal of Family Psychology, 2002, 16: 381–390; vezi și Rende, „The Misperception of Chores“, 2014.

[116] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, decembrie 2013.

[117] „Keep Your Kids Aut of Entitlement Trap“: Josh Baron și Rob Lachenauer, https://hbr.org/2014/02/keep-your-kids-out-of-the-entitlement-trap/, 18 februarie 2014.

[118] „The Changing Benefits of Early Experiences“: Christopher L. Ruhm și Charles J. Baum, NBER Working Paper 20413, august 2014.

[119] „Conscientiousness: Origins in Childhood?“: Nancy Eisenberg et al., Development Psychology, 2014, 50: 1331–1349.

[120] „Development of Achievement Motivation and Engagement“: Allan Wigfield et al., în R. Lerner (coord. seriei) și M.E. Lamb și C. Garcia Coll (coord. volum), Handbook of Child Psychology, ediția a 7–a, vol. 3, Social Emotional, and

Personality Development, în curs de apariție, New York: John Wiley.

[121] „Childhood Personality as a Harbinger of Competence and Resilience in Adulthood“: Rebecca L. Shiner și Ann S. Masten, Development and Psychopathology, 2012, 24: 507–528.

[122] „Financial Incentives and Student Achievement: Evidence From Randomized Trials“: Roland Fryer, Quarlerly Journal of Economics, 2011, 126: 1755–1798.

[123] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon cu autorul, februarie 2014.

6

Abilități interpersonale

[124]

Pe vremea când Pippa Lord era studentă în Australia[125] și era interesată de cultură, fotografie și modă, a reușit să cunoască profesioniști din aceste domenii. Astfel, a avut ocazia să lucreze ca jurnalist încă înainte de a termina facultatea. Această activitate i-a oferit în scurt timp o altă oportunitate: un stagiu de șase săptămâni la revistele ei preferate de modă din New York, V și V Man. Lord călătorea pentru prima oară în Statele Unite și iată că, după ce abia ajunsese acolo, a avut parte de un nou succes: i s-a oferit un post plătit de redactor la ambele reviste, unde colabora cu Karl Lagerfeld și Hedi Slimane, idolii ei din domeniul modei.

Revistele de modă din New York nu se grăbesc să ofere stagii și să angajeze tineri în posturi importante fără ca mai întâi să le verifice cu minuțiozitate abilitățile. Lord își amintește însă că, pe lângă cunoștințele de bază în afaceri, avea și un alt atu extrem de important: abilități interpersonale. „Cred că simplul fapt că aveam abilități interpersonale a fost un element important care mi-a permis să am niște oportunități uimitoare după ce abia împlinisem douăzeci de ani. Eram o persoană agreabilă. Eram fericită. Munceam din greu. Eram simpatică și amuzantă. Știam cum să lucrez cu oamenii. Am înțeles că oamenilor le place să aibă în preajmă oameni care îi plac, în special la locul de muncă, și se simt bine atunci când știu că se pot baza pe faptul că ceilalți își asumă responsabilități importante.“

Lord a continuat să-și perfecționeze abilitățile „cu oamenii“ sau „sociale“, precum și nenumăratele ei talente. Ceea ce a fost foarte bine, căci după ce a lucrat cinci ani la V, a devenit director de fotografie la revista Elle și a avut mare nevoie de ele. Lord a constatat, datorită experienței personale, că nu este deloc

uşor să tratezi cu tot felul de personalităţi şi ego-uri atât de delicate precum cele care participă la o şedinţă foto importantă. Lord s-a descurcat însă de minune. După trei ani petrecuţi la revista Elle, s-a decis să înceapă o carieră de antreprenor şi a înfiinţat un site, Sous Style, care le oferă femeilor tinere un conţinut extrem de variat (decorarea casei, gătit, modă, relaţii). Sous Style s-a bucurat rapid de succes în mediul online şi a ajuns să fie apreciat pe plan naţional la numai un an de la lansare. Lord a fost inclusă pe lista Tastemakers 2012 („vizionari care ne fac vieţile atât de delicioase“) de revista Bon Appetit, iar Sous Style a fost apreciat de Forbes tot în 2012 ca unul dintre primele zece site-uri pentru creşterea copiilor şi gospodărie destinate femeilor. În 2014, Lord s-a numărat printre personalităţile care au luat cuvântul la Mom 2.0 Summit, o conferinţă destinată celor mai importante antreprenoare care au creat publicaţii online.

În prezent, când Lord este un antreprenor responsabil de angajarea şi conducerea propriei echipe, ea consideră că abilităţile sociale reprezintă un atu important atunci când evaluează viitorii angajaţi. Ea caută oameni care să aprecieze importanţa convenţiilor sociale, care ştiu, de pildă, să spună „mulţumesc“. Deşi personalităţile sunt extrem de diferite, Lord consideră că este foarte important ca oamenii care lucrează la Sous Style să fie agreabili şi „plini de viaţă“ când lucrează cu alţii. Tinerii talentaţi care reuşesc să fie acceptaţi la interviuri pentru angajare susţinute de ea se descurcă bine dacă reţin numele persoanelor şi figurile şi conferă o amprentă personală interacţiunii lor. În plus, trebuie să aibă în vedere că li se vor cere aceste lucruri în permanenţă după ce vor fi angajaţi.

Datorită experienţei sale, Lord susţine că nişte abilităţi sociale puternice pot stimula progresul unei cariere. Mai mult, ele sunt extrem de importante când cineva ajunge să-şi conducă propria afacere şi să-şi formeze o echipă. Clienţii cărora le place să colaboreze cu Lord vor să lucreze cât mai mult cu ea. Membrii echipei, care sunt încântaţi de felul în care ea îşi conduce afacerea, abia aşteaptă s-o vadă zilnic. Deşi profesioniştii din lumea afacerilor au nevoie de tot felul de competenţe pentru a fi nişte lideri eficienţi, puternici, Lord e de părere că „oamenii te susţin dacă ştii să te porţi sau, altfel spus, dacă ştii să trăieşti şi să colaborezi în armonie cu toată lumea“. Jen este întru totul de acord şi adaugă că, dacă ştii să te înţelegi cu ceilalţi, ei vor pricepe că îţi pasă de ei cu adevărat. De fapt, exact asta caută un angajator când face angajări, oameni care se pot înţelege cu alţii şi pot conlucra cu colegii lor, iar grija pentru starea de bine a angajaţilor este calitatea esenţială a unui manager şi, evident, a unui antreprenor. Fiecare dintre aceste roluri presupune o anumită sensibilitate nu doar faţă de nevoile

cuiva, ci și față de interesele și sentimentele celorlalți.

AGREABILITATEA: UN CONCEPT ÎNȘELĂTOR, DAR IMPORTANT

Să spunem lucrurilor pe nume: când vorbim despre abilități sociale ne referim la o seamă de comportamente comune care transcend orice diferențe am putea găsi în trăsăturile de personalitate sau tipurile de comportament gregar. În general vorbind, putem spune că abilitățile sociale sunt lucrurile pe care oamenii le fac pentru a fi „agreabili“. Agreabilitatea poate fi însă un concept înșelător și s-a discutat foarte mult dacă este sau nu un atu al bărbaților sau al femeilor. În bestsellerul ei Lean In[126], Sheryl Sandberg, director de producție al Facebook, susține că liderii femei sunt percepuți ca fiind mai „puțin agreabili“ decât bărbații. Ea citează rezultatele unui studiu care sugerează că trăsăturile admirate la bărbați capătă conotații negative când sunt atribuite femeilor. În renumitul studiu de caz „Heidi și Harold“, desfășurat la Harvard Business School, unuia dintre grupuri i s-a pus la dispoziție un raport despre cariera de succes a antreprenorului Heidi Roizen. Celui de-al doilea grup i s-a dat același material, în care se operase o modificare importantă: numele antreprenorului fusese schimbat din „Heidi“ în „Harold“. În pofida informațiilor identice despre antreprenor, „Heidi“ a fost percepută într-o lumină net depreciativă față de „Harold“.

Unii specialiști au contestat rezultatul acestui studiu, susținând că succesul și agreabilitatea merg mână în mână atât în cazul femeilor, cât și în cel al bărbaților. Pe blogul Harvard Business Review (HBR)[127], Jack Zenger și Joseph Folkman au prezentat dovezi care, susțin ei, contrazic poziția lui Sandberg și evidențiază o strânsă legătură între succes și „agreabilitate“ în cazul ambelor sexe. Fără să încercăm să rezolvăm această dispută, ne mulțumim să constatăm că „agreabilitatea“ poate însemna două lucruri diferite: măsura în care oamenii „plac“ pe cineva sau un cumul de abilități personale și sociale care îi fac pe oameni eficienți din punct de vedere social. În acest capitol, ne referim și la prima dintre aceste semnificații, dar ne concentrăm în mod special atenția asupra celei de-a doua.

AGREABILITATEA ÎN COPILĂRIE = SUCCES LA MATURITATE

„Agreabilitatea“ devine un concept extrem de important pentru parenting deoarece cercetări importante având ca subiect copiii au evidențiat că acesta este un indicator esențial pentru evoluția vieții — inclusiv pentru succesul profesional și adaptarea psihologică. Un studiu publicat în Development and Psychopathology urmărește un grup de peste 200 de copii școlari[128] timp de peste douăzeci de ani. Cercetătorii au emis ipoteza că acele „competențe sociale“ care apar în copilărie (adică abilitățile interpersonale) au un efect „cascadă“ pe termen lung asupra evoluției copiilor spre starea de adult, ceea ce le permite acestora să se adapteze pozitiv la o serie de stadii-cheie ale dezvoltării. Datele confirmă acest lucru: în timp ce performanța școlară în copilărie reprezintă un factor esențial care influențează o traiectorie pozitivă, un altul este nivelul general de competență socială în relațiile cu semenii. Un nivel ridicat de competență socială conduce la maturitate la succes profesional; problemele cu cei de-o seamă semnalează eventuale dificultăți în muncă.

O altă echipă de cercetători canadieni a urmărit un grup de peste 300 de indivizi[129] din copilărie până la vârsta de treizeci și cinci de ani. Competența socială a copiilor în copilărie a fost evaluată și împărțită în trei componente: agresivitate, retragere și agreabilitate. Dacă literatura de specialitate sugerează că nivelurile ridicate de agresivitate și retragerea în timpul copilăriei pot avea un efect negativ asupra omului ajuns la maturitate, s-a acordat însă mult mai puțină atenție efectelor agreabilității. Cercetătorii au definit agreabilitatea drept măsura în care altor copii le place să-și petreacă timpul în compania unui copil și abilitatea unui copil de a-și face prieteni. Pentru a obține aceste informații, au fost adunate informații din clasa fiecărui subiect. În cercetările anterioare s-a constatat că solicitarea părerii semenilor este o metodă de cercetare demnă de încredere și productivă.

Cercetătorii au ajuns la o concluzie frapantă: cu cât un copil se bucura de mai multă simpatie, cu atât era mai redus riscul de a dezvolta o tulburare psihiatrică la maturitate. Agreabilitatea unui copil indica ceea ce cercetătorii au numit „resurse pozitive la maturitate“ — atribute și realizări care păreau să-i „ferească“

pe adulți de experiențe negative și probleme. O astfel de resursă era numărul de ani de studii absolvite, în timp ce o a doua era o ocupație aflată la loc de frunte pe Occupational Prestige Scale[130], un index cantitativ al statutului ocupațional. S-a considerat că este foarte probabil ca acei copii care au fost evaluați ca fiind foarte agreabili să aibă în viitor ocupații dintre cele mai apreciate.

Este foarte important să recunoaștem că în aceste studii agreabilitatea nu este similară cu „popularitatea“. Mulți copii dintr-o anumită clasă sunt evaluați drept agreabili de colegii lor, dar numai câțiva sunt considerați „populari“. Putem spune că toți copiii agreabili sunt cei despre care se spune că sunt „oameni de nădejde“. Un copil poate fi puțin timid și agreabil, dar poate fi și asertiv într-o oarecare măsură. Agreabilitatea transcende trăsăturile specifice de personalitate — aceasta este un fel de abilitate de a te înțelege cu cei din jur. Iar cele trei studii pe termen lung despre care v-am vorbit sugerează că anii de școală sunt o perioadă importantă în care copiii fie dezvoltă, fie nu abilități sociale care deseori le permit la maturitate să aibă parte de satisfacții, performanțe și succes în activitatea profesională.

CELE 3 CUVINTE CARE SCHIMBĂ LUCRURILE

Imaginați-vă că începeți o afacere nouă. Veți avea nevoie de o serie de oameni cu felurite abilități vocaționale, iar acești indivizi vor interacționa la un moment dat unul cu altul. Echipa care lucrează pentru a crea produsul sau a pune la punct serviciul (oricare ar fi acesta) trebuie să știe cum să colaboreze ca să rezolve problemele; membrii echipei trebuie, în egală măsură, să aibă discuții și schimburi de păreri importante și concentrate asupra subiectelor în cauză cu angajații din fiecare departament. Dacă unii dintre angajați nu se concentrează așa cum trebuie, dacă le distrag atenția și altora intenționat, veți avea multe motive să vă faceți probleme și va fi mult mai greu să construiți o afacere rentabilă.

Aceeași dinamică apare în orele de clasă. Copiii fac parte din niște rețele sociale; școlile sunt asemenea unui laborator natural unde ei își pot dezvolta abilitatea de a funcționa cum trebuie în grup. Din perspectiva colegilor lor, copiii agreabili sunt cei care știu cum să se poarte adecvat în diferitele momente ale zilei. În

timpul pauzelor, ei știu cum să se joace. Când profesorul le dă un exercițiu de rezolvat, ei știu cum să se concentreze. Când trebuie să lucreze în grupuri mici, ei acceptă ideile altora și știu cum să le împărtășească pe ale lor. Iar când mai izbucnesc conflicte, copiii agreabili se străduiesc să le rezolve în mod productiv. Pe tot parcursul zilei, copiii agreabili simpatizați sunt în largul lor, căci ei nu se pun rău cu nimeni.

E lesne de înțeles că un copil agreabil e un copil fericit. Dar agreabilitatea stimulează în egală măsură performanțele școlare ale acestor copii. Capacitatea copiilor de a „se descurca bine“ în clasă depinde în mare măsură de interacțiunea cu ceilalți copii. Copiii care nu ascultă ce li se predă sau nu fac ce le spune profesorul sunt deseori neatenți și acest lucru se întâmplă, în parte, din cauza altor copii. Copiii care îi întrerup tot timpul pe colegii care răspund la o întrebare a profesorului tulbură orele, dar se privează în același timp de oportunitatea de a învăța ascultând. Copiii care vor să domine un proiect de grup — sau care se retrag tot timpul din el — pierd ocazia de a învăța prin colaborare. Iar cei care nu sunt niciodată de acord cu ceilalți și tot timpul se ceartă cu alți copii nu-și dezvoltă abilitățile interpersonale de care vor avea nevoie mai târziu.

Conștienți în cât de mare măsură depinde succesul școlar de competențele sociale, educatorii depun acum eforturi susținute pentru a consolida abilitățile sociale și emoționale ale copiilor. The Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL), organizație condusă de dr. Roger Weissberg[131], de la University of Illinois din Chicago, ajută statele din întreaga țară să integreze în programele lor școlare programele de învățare socială și emoțională. Activitatea CASEL — care se bazează pe mai bine de două decenii de cercetare — consolidează ideea că abilitățile interpersonale nu sunt niște simple abilități „ușurele“ (opuse abilităților „grele“/cognitive/intelectuale); ele chiar contează. Datele furnizate de organizații precum CASEL evidențiază modul în care intervențiile care vizează învățarea socială și emoțională determină îmbunătățirea rezultatelor la testele standardizate. Abilitățile interpersonale „ușurele“ influențează în mod direct dezvoltarea abilităților cognitive „grele“.

Ce pot face părinții pentru a cultiva abilitățile sociale ale copiilor lor? Răspunsul nostru este simplu: să-i învețe să colaboreze cu ceilalți, cum să „stingă“ conflictele și arta conversației. Oricare dintre aceste trei elemente reprezintă o dimensiune a competenței sociale care se poate dezvolta acasă pe parcursul anilor și-i poate ajuta pe copii să se bucure de succes mai târziu. Să le trecem în revistă.

COLABORAREA: SĂ LUCREZI COT LA COT CU CEILALȚI

Unul dintre primele lucruri pe care le învață un copil acasă este cum să lucreze cu alții. Poate că nu vedeți astfel lucrurile, dar dacă aveți un copil mic, simplul fapt că mergeți la cumpărături cu el poate fi un posibil exercițiu din care învață ce înseamnă colaborarea. Dacă, în timp ce sunteți în magazin, îi vorbiți despre produsele pe care le aveți pe lista de cumpărături și îi arătați cum le căutați pe rafturi, nu faceți decât să-l implicați în ceea ce faceți. În felul acesta va fi mai ușor de stăpânit în magazin, căci va asimila mersul la cumpărături ca pe o activitate pe care o faceți împreună. Când implicați copilul rugându-l să vă ajute să găsiți anumite produse, să le pună pe cele care îi sunt la îndemână în coșul de cumpărături și apoi să le scoată din coș și să le pună pe tejghea la casă, copilul colaborează. Ați transformat, așadar, un posibil conflict și o posibilă manifestare de egoism într-un efort de echipă. Puteți folosi aceeași metodă în orice altă activitate potrivită pentru includerea copiilor, cum ar fi gătitul, curățenia sau spălarea mașinii. Exercițiile zilnice pentru învățarea colaborării pot avea loc la orice vârstă. Pe măsură ce abilitățile copiilor se dezvoltă, crește și capacitatea lor de a colabora.

Pentru a constata cât de bine colaborați în echipă, părintele și copilul, puteți recurge la un mic experiment pe care îl folosesc cercetătorii. În cadrul studiilor care examinează funcționarea familiei, părinților și copiilor li se dau deseori anumite „sarcini“ de îndeplinit, iar modul în care le îndeplinesc evidențiază capacitatea lor de a funcționa ca un întreg. Una dintre cele mai frecvente sarcini pe care trebuie să le îndeplinească membrii unei familii este aceea de a alcătui împreună un meniu; de obicei li se acordă cinci minute pentru asta. Echipa de cercetători analizează apoi în ce măsură membrii familiei își susțin doar preferințele personale sau creează un meniu pe placul tuturor. Încercați și voi acest experiment: în familia voastră fiecare e interesat să mănânce numai ce îi place sau părinții și copiii cad de acord asupra unor mâncăruri pe placul tuturor (chiar dacă aveți gusturi foarte deosebite)? Dacă fiecare încearcă să-și impună gusturile, trebuie să încercați s-o luați mai încet, să trageți aer în piept și să plecați mai mult urechea la ceea ce spune copilul și să-l implicați în procesul creativ.

Dacă un părinte încearcă să pună mai mult accentul pe colaborare, va reuși, fără doar și poate, să gestioneze mai bine relațiile dintre frați. Suntem cu toții conștienți că între frați există o permanentă rivalitate, dar cel mai greu lucru pentru un părinte este să creeze un echilibru și să fie atent ca niciodată să nu-i ofere unuia mai mult. Anumite detalii care pot părea niște fleacuri când intervin între prieteni — unde să luăm masa sau la ce film să mergem — pot lua proporții exagerate și pot crea o stare de încordare continuă între frați. Părintele poate crea condițiile unei bune colaborări între frați stabilind anumite reguli. Regula numărul 1: nu facem nimic amuzant dacă nu găsim o soluție să colaborăm. Regula numărul 2: Să colaborăm înseamnă să vorbim, nu să țipăm. Și regula numărul 3: Trebuie să ajungem la un compromis, dar copiii trebuie să fie cei care să îl negocieze. Încercați să planificați o vacanță având în minte aceste reguli. Puteți ajunge la soluții care să fie pe placul tuturor, chiar dacă fiecare are gusturile lui?

Îndemnând un copil să colaboreze cu alți copii veți reuși să-i prefigurați viitorul comportament social. Să vedem cum stau lucrurile când vine vorba ca un copil să împartă ce are cu ceilalți. Richard a citit nenumărate lucrări de popularizare și a constatat că se pendulează între ideea că, în general, copiii mici sunt egoiști și de aceea ar trebui să nu li se ceară să împartă ce au cu ceilalți și părerea că, dacă nu înveți copilul să împartă ce are cu ceilalți încă de la vârste mici, când va crește va fi egoist. Richard consideră că ambele opinii sunt îndreptățite și trebuie avute în vedere. Când e vorba de copiii mici, părinții vor desigur să-i învețe să împartă ce au cu ceilalți, dar trebuie să aibă răbdare, căci copiii nu se nasc dornici să împartă ce au cu ceilalți, învață să facă asta. Copiii mici învață să-și coordoneze propriile interese cu interesele celorlalți și să înțeleagă că și unele și celelalte sunt importante. Nu vrem să creștem niște copii care să facă tot posibilul să fie pe placul celorlalți, care să fie gata oricând să facă ce le cer ceilalți, după cum nu vrem nici să încerce tot timpul să obțină ce vor în defavoarea celorlalți. Să știi să împarți cu ceilalți înseamnă să te situezi undeva la mijloc.

În perioada în care și-a făcut studiile sale de masterat, Richard a petrecut mult timp observând preșcolarii. Mentorul său, dr. Melanie Killen, a făcut următorul experiment: trei preșcolari stăteau așezați la o masă și li se dădea un anumit număr de jucării, să se joace. Richard și dr. Killen îi priveau apoi jucându-se și consemnau tot ce se întâmpla. Cel mai adesea ei au constatat că în comportamentul lor se împleteau o anume competitivitate și împărțirea jucăriilor. În diverse școli, am constatat că profesorii i-au lăsat pe copii să găsească soluții

proprii (ceea ce au şi făcut, pentru o vreme) şi interveneau numai atunci când situaţia părea să scape de sub control. Profesorii le atrăgeau atenţia şi le aminteau copiilor să găsească o soluţie, nu se grăbeau să le ofere ei una. Aceasta este o strategie demnă de reţinut; copiii mici cresc străduindu-se să găsească propria soluţie de a împărţi ceea ce au cu ceilalţi. Nu reuşesc de fiecare dată, dar dacă le spunem cât este de important să împartă cu ceilalţi, îi încurajăm să găsească o modalitate de a colabora cu ceilalţi (în loc să facă ceea ce le spun ei).

Ajutaţi-vă copiii să instaureze un climat de colaborare.

Aţi putea, de asemenea, încerca să-i arătaţi copilului în mod explicit ce înseamnă să facă anumite lucruri prin rotaţie, cu ceilalţi. Dacă, de pildă, copilul este la locul de joacă, vreţi să înţeleagă că el n-ar fi mulţumit dacă nu i-ar veni rândul să se dea în leagăn, aşadar trebuie să-i lase şi el pe ceilalţi să vină la rând. Dacă va vedea că unul dintre copii nu-l lasă în leagăn când îi vine rândul, trebuie să îl întrebe pe celălalt — prietenește — dacă se poate da şi el în leagăn. Aceste tehnici continuă să fie folositoare şi pe măsură ce cresc. În şcoala elementară, la gimnaziu, la liceu, copiii trebuie să ia tot felul de decizii cu privire la modul în care să-şi organizeze timpul şi la cum să menţină nişte relaţii echitabile. La ce film să se ducă cu prietenii lui? Unde să se ducă să mănânce? Amintiţi-i copilului regulile despre care am vorbit când am abordat problema relaţiilor între fraţi. Spuneţi-le că nu se va distra dacă nu colaborează pentru găsirea unei soluţii, că pentru asta trebuie să discute, nu să ţipe unul la altul, şi că trebuie să ajungă împreună la un compromis. Ajutaţi-vă copiii să instaureze un climat de colaborare care să domnească în clasă şi în viitoarele lor relaţii sociale. Reţineţi, colaborarea este considerată una dintre „abilităţile secolului XXI“[132] care pot influenţa viitorul unui copil. Trăim şi muncim într-o lume tot mai pregnant colaborativă, iar crearea unor astfel de competenţe pe parcursul copilăriei va fi utilă mai târziu.

ARTA DE A GESTIONA CONFLICTE

Să știi cum să gestionezi și să rezolvi un conflict atunci când apare este o altă competență importantă — pe care părinții, adoptând o metodă adecvată, o pot cultiva în familie. Dr. Diana Baumrind a identificat mai multe stiluri distincte de parenting care derivă din două caracteristici importante: căldura și controlul.[133] Căldura reflectă tonalitatea emoțională a relației părinte–copil — măsura în care părinții răspund emoțional copiilor lor și le acceptă comportamentul. Controlul se referă la sarcina esențială a parentingului de a gestiona comportamentul unui copil. Unii părinți sunt stricți și rigizi, alții destul de îngăduitori când vine vorba de reguli și cerințe. Stilul parental reflectă modul în care se îmbină căldura și controlul.

Baumrind a ilustrat posibilele stiluri parentale cu ajutorul unui tabel cu două coloane și două rânduri, în care un părinte este evaluat ca având un nivel de căldură și control fie ridicat, fie scăzut. Dat fiind că această tipologie a stilului parental a fost foarte bine primită în mediul academic și încă este citată în lucrările de specialitate și în discuții despre parenting, este util să cunoaștem elementele-cheie. Părinții democrați când gestionează comportamentul copilului îmbină un nivel ridicat de căldură cu fermitatea. Părinții autoritari manifestă puțină căldură și un control strict; nu-i arată afecțiune în mod spontan și nu răspund la nevoile emoționale ale copilului. Părinții permisivi sunt calzi și grijulii poate în mod exagerat; uneori sunt prea indulgenți, în special pentru că pe ei nu-i preocupă să stabilească și să fie respectate niște reguli. Părinții neimplicați manifestă un nivel scăzut de căldură și ajung uneori să manifeste dezinteres față de viața copilului lor.

Foarte multe studii realizate în ultimele trei decenii au analizat efectele acestor tipuri de stiluri parentale asupra dezvoltării copiilor. În marea lor majoritate, aceste studii sugerează că stilul parental democratic prezintă cele mai multe avantaje pentru copii. Copiii unor astfel de părinți învață cum să negocieze interacțiunile sociale, au discuții productive, rezolvă conflicte și neînțelegeri, stabilesc și păstrează relații apropiate pozitive. Una dintre metodele esențiale ale părinților democrați este, în special atunci când apar conflicte, să-și încurajeze copiii și să-i învețe să-și autoregleze comportamentul. Conflicte apar tot timpul — și uneori pot lua amploare —, căci emoțiile negative domină exprimarea opiniilor divergente. Deși părinții democrați sunt fermi în stabilirea regulilor și au așteptări mari de la copiii lor, ei le explică ce motive i-au determinat să adopte aceste reguli și țin cont de opinia copiilor. Iar după ce cântăresc bine lucrurile, dacă există motive întemeiate să schimbe ceva pe baza raționamentului și informațiilor oferite de copii, se conformează. Părinții și copiii discută despre

conflicte, își spun părerea, iar deciziile sunt luate pe baza tuturor informațiilor.

Din păcate, nu toți părinții procedează astfel. Părinții autoritari (situați la polul opus față de cei democrați) consideră cel mai adesea că abordarea lor intransigentă este necesară pentru a-i determina pe copii să se comporte cum se cuvine și în mod responsabil. Adevărul este că, deseori, copiilor crescuți de părinți autoritari le este greu să se controleze. Copiii vor prelua stilul inflexibil al părinților și-l vor aplica în clasă sau la locul de joacă, insistând că există un singur mod de a face lucrurile; ei știu să rezolve conflictele numai cum cred ei de cuviință, folosind orice mijloace sunt necesare. Copiii crescuți într-o familie permisivă se așteaptă și ei să li se dea dreptate; de aceea, reușesc cu mult mai mare greutate să cadă de acord cu cei de vârsta lor, să facă față provocărilor sociale și să stabilească niște relații de lucru mulțumitoare cu profesorii.

Efectele stilului parental asupra abilităților sociale ale copilului pot fi observate devreme în comportamentul copiilor. În cadrul unui studiu a fost urmărită dezvoltarea a circa 7000 de copii[134], de la vârsta de câteva luni până la intrarea la grădiniță. Cercetătorii au adunat numeroase date despre relația părinte–copil, axându-se în mod special pe măsura în care părinții își susțineau emoțional copiii și răspundeau nevoilor lor, considerând aceste atitudini principalii indicatori ai stilului parental. Rezultatele au fost edificatoare. Stilul parental democratic a prefigurat competența socială a copiilor când au intrat la grădiniță. Acești copii au reușit cu mai mare ușurință să facă față și să depășească neînțelegerile și eventualele conflicte cu colegii. Deși tipologia parentală definită de Baumrind nu este o noutate, aceasta continuă să fie extrem de importantă deoarece ne ajută să rezolvăm probleme sociale dificile care afectează tinerii din ziua de azi. Tipologia lui Baumrind ne-a fost extrem de utilă, de pildă, în înțelegerea dinamicii hărțuirii verbale și/sau fizice (bullying), care este o formă extremă de conflict între copii. Potrivit datelor oferite de National Center for Education Statistics[135], numărul adolescenților care s-au plâns că au fost hărțuiți a crescut cu aproape douăzeci și cinci la sută în perioada 2002–2007. În 2013, aproape o treime din elevi s-au plâns că au fost hărțuiți de colegi pe parcursul anului școlar. Aceste date nu sunt totuși grăitoare și nu reflectă adevărata măsură a fenomenului, căci mulți copii care au fost hărțuiți nu îndrăznesc să se plângă de acest lucru.

Cu cât copiii se pot adapta mai ușor din punct de vedere social, cu atât vor reuși cu mai multă ușurință să evite să fie hărțuiți sau să facă față mai ușor „atacurilor“ fizice sau verbale ale colegilor atunci când acestea se întâmplă totuși. Mai multă

grijă, protecție din partea părinților contează foarte mult, căci studiul arată că, din păcate, consecințele hărțuirii în perioada școlară se pot face simțite până târziu, la maturitate. Niște cercetători au reunit un grup de copii cu vârste cuprinse între nouă și șaisprezece ani și le-au urmărit evoluția până la maturitate. Concluziile lor, publicate în JAMA Psychiatry[136], au evidențiat faptul că tinerii care s-au plâns că au fost hărțuiți în anii de școală au avut un risc sporit de a dezvolta o serie de tulburări psihice la maturitate. O altă secțiune a acestui studiu a menționat faptul că acești copii au fost în mult mai mică măsură capabili să aibă o slujbă constantă la maturitate în comparație cu copiii care nu au fost hărțuiți, și că, în egală măsură, copiii hărțuiți au întâmpinat dificultăți serioase și au reușit cu mare greutate sau nu au reușit să mențină relații sociale.

O serie de cercetători au investigat dinamica socială care poate contribui la prevenirea hărțuirii. Și în acest caz, stilul parental joacă un rol extrem de important. O echipă de specialiști a analizat numeroase studii făcute în perioada 1970–2012[137] și a încercat să afle care este legătura dintre stilul parental, riscul de a deveni victimă a hărțuirii și abilitatea de a face față provocărilor sociale care apar în școli. Rezultatele au fost cât se poate de clare. Strategiile parentale democratice (care includ o bună comunicare între părinți și copii, căldură și afecțiune, susținere și implicare din partea părinților) i-au protejat pe copii de efectele negative ale hărțuirii. Părinții cu un stil democratic de parenting au încurajat și susținut dezvoltarea unor competențe sociale care i-au ajutat pe copii să devină în mai mică măsură victime ale hărțuirii sau, în cazul în care s-a întâmplat, să-i poată face față. Implicațiile practice sunt clare: părinții își pot proteja copiii împotriva hărțuirii adoptând un stil democratic de parenting: părinții trebuie să formuleze anumite așteptări și să stabilească limite, să creeze situații în care aceste limite să fie testate, să discute cu copiii, să dea dovadă de multă afecțiune, să răspundă emoțional la nevoile copiilor și să se bucure alături de ei.

Nu toți cercetătorii care au studiat conflictele care apar în perioada copilăriei și-au concentrat atenția asupra stilului parental individual. Dr. Gerald Patterson, fondator al Oregon Social Learning Center (OSLC), și-a orientat cercetarea asupra unei dinamici familiale numite „coerciție“.[138] În familiile cu tendințe coercitive, o rugăminte tinde să devină o cerință, care se transformă deseori în ceartă și conflict verbal deschis. Acei membri ai familiei care rezistă cel mai mult în timpul acestor certuri „câștigă“. Gândiți-vă, de pildă, la următoarea situație: un tată îi cere fiului său în vârstă de cinci ani să închidă televizorul și să-și pună jucăriile la locul lor. Copilul țipă „Nu!“, iar tatăl ridică și el vocea.

Rugămintea lui inițială devine acum o solicitare severă: „Închide acum televizorul și pune-ți jucăriile la loc!“ Copilul spune din nou „Nu!“, iar emoțiile negative sporesc. Tatăl ar putea spune: „Dacă nu închizi televizorul, nu te vei putea uita la emisiunea ta preferată diseară!“ Copilul continuă să spună „Nu!“. În mod inevitabil, părintele obosește — iar copilul continuă să se uite la televizor. Copilul învață, după stingerea conflictului, o lecție negativă: aceste conflicte sunt niște bătălii, din care ieși învingător dacă îl determini pe celălalt să cedeze.

În familiile în care s-au încetățenit astfel de practici, soluția este să înveți anumite strategii pentru a evita escaladarea ostilității. Strategiile propuse de dr. Patterson sunt utile în diferite scenarii. Iată-le, de pildă, aplicate în cazul conflictului legat de închiderea televizorului:

• Rugați copilul să închidă televizorul pentru că trebuie să-și pună jucăriile la loc — jucăriile stau întinse pe jos, pot fi călcate în picioare, pot fi distruse, așadar trebuie puse la locul lor.

• Copilul spune „Nu!“ Îi spuneți calm că se poate uita la televizor mai târziu, după ce își aranjează jucăriile. Îl întrebați dacă are un motiv anume să privească la televizor chiar acum. Dacă vă oferă un motiv justificat, țineți cont de el — dar sugerați-i că îl rugați totuși ca, după ce urmărește ce îl interesează, să închidă televizorul.

• Dacă și de astă dată răspunsul este tot „Nu!“, spuneți-i că, dacă nu stinge televizorul și nu-și pune jucăriile la locul lor, nu se va mai putea uita la televizor în restul serii. Important este însă să nu vă abateți de la ceea ce ați spus. Fără excepții. Dacă am stabilit un lucru, îl respectăm.

Dacă procedați așa de câteva ori, în cele din urmă copilul va înțelege cum stau lucrurile. Oferiți-i un motiv întemeiat, păstrați-vă calmul, recurgeți la un plan B, în tot cazul nu cedați. Nu faceți prea mult caz de faptul că nu aveți de gând să cedați, căci oricum nu vă va fi prea ușor să vă țineți tare. Copilul va învăța însă în timp o formă de rezolvare a conflictelor ce poate fi aplicată în orice situație — un adolescent care protestează pentru că nu i se mai permite să iasă din casă după o anumită oră, de pildă, sau un elev de gimnaziu care nu vrea să-și facă temele. Este o lecție de negociere proactivă, în care se face un schimb de puncte

de vedere şi se caută soluţii echitabile de comun acord.

ARTA CONVERSAŢIEI

Profesorul Paul Barnwell şi-a descris experienţele didactice în The Atlantic[139], relatând faptul că le-a spus elevilor săi adolescenţi că „… vor învăţa să facă un lucru de care au multă nevoie: să întreţină o conversaţie“. El susţine că această competenţă, competenţa conversaţională, poate fi „singura abilitate pe care omitem să le-o predăm elevilor“. Părinţilor le este foarte uşor să dezvolte abilităţile conversaţionale ale copiilor, nu trebuie decât să le vorbească. Cercetările evidenţiază permanent faptul că părinţii diferă prin modul în care le vorbesc copiilor şi prin măsura în care le vorbesc copiilor în primii ani de viaţă.

În cadrul unui studiu minuţios, în care au fost incluşi copii în vârstă de 18 luni, subiecţii au fost îmbrăcaţi cu nişte tricouri create special pentru această ocazie[140], care puteau înregistra toate sunetele pe care aceştia le auzeau timp de zece ore acasă. Un program special analiza sunetele, evidenţia vocea umană, diferenţiind-o însă de vocile care se auzeau la televizor, radio sau pe computer. În timp ce un copil a auzit în acest interval 12 000 de cuvinte, un altul a auzit mai puţin de 700 de cuvinte. Numărul mai mare sau mai mic de cuvinte adresate direct copilului a permis stabilirea vocabularului pe care acesta îl va avea la vârsta de 24 de luni şi a fost asociat cu rapiditatea cu care un copil poate procesa cuvinte în laboratorul de studiu. Rezultatele au fost concludente: numai cuvintele adresate direct copilului sunt benefice — vocile de fond de la televizor sunt de fapt „zgomote“ şi nu un „semnal“ care stimulează abilităţile de vorbire.

Dezvoltarea vocabularului şi capacitatea de procesare cognitivă sunt numai două dintre beneficiile imediate la nivelul abilităţilor de vorbire pe care le are faptul că părinţii le vorbesc copiilor mici. Vorbindu-le direct copiilor, nu doar vorbind în prezenţa copiilor, le permitem acestora să înveţe elementele sociale şi lingvistice ale conversaţiei. Părinţii copiilor mici pot contribui la dezvoltarea vocabularului acestora prin „expansiuni“ — altfel spus, extind ceea ce spune copilul. Dacă un copil spune „cuţu“, un părinte poate face o expansiune spunând „un cuţu drăguţ“. Participarea părintelui nu îi transmite copilului doar faptul că părintele este interesat de ceea ce spune, ci şi faptul că o conversaţie înseamnă a construi

pornind de la ce spune fiecare dintre participanţi. Această metodă funcţionează — de fapt, este o metodă pe care o folosesc logopezii pentru a ajuta copiii cu dificultăţi de comunicare. Cercetătorii au evidenţiat faptul că expansiunile îi determină pe copii să-şi extindă propriile contribuţii la conversaţie[141] şi să ofere răspunsuri adecvate. O altă strategie conversaţională include întrebările care încep cu „ce“, „unde“ sau „de ce“. Şi aceste întrebări îi inspiră pe copiii mici să extindă.

Un aspect interesant este că unii cercetători sugerează că expansiunile fără întrebări de tipul „ce“, „unde“, „de ce“ constituie cel mai eficient stimul pentru promovarea abilităţilor conversaţionale la copii. Acestea fiind spuse, copiii mici pot fi încurajaţi să răspundă la întrebările de tipul „ce“, „unde“, „de ce“ (precum şi la alte tipuri de întrebări) şi să respecte regulile conversaţiei când ies la plimbare sau altundeva cu părinţii. La supermarket, de pildă, i-aţi putea comanda vânzătoarei brânză sau şuncă de curcan, iar dacă aţi luat copilul cu voi, vânzătoarea l-ar putea întreba dacă nu vrea să guste. Încurajaţi-l să răspundă. Copiii mici pot spune „da, vă rog“ şi „mulţumesc“. Obişnuindu-i să socializeze se vor deprinde să aibă mici schimburi de cuvinte care sunt semnificative şi adecvate. Reţineţi un lucru însă: dacă îi spuneţi copilului „Spune mulţumesc“, iar acesta nu vă ascultă, n-aţi obţinut nimic. Important este ca el chiar să rostească aceste cuvinte. Deseori părinţii se obişnuiesc să vorbească în numele copiilor, ceea ce nu are un rol educativ.

Profitaţi de orice ocazie pentru a vă determina copilul să se implice în schimburi simple de replici. Copiii pot fi încurajaţi, de pildă, să comande singuri ce-şi doresc la magazin, la restaurant. Când mergeţi la un consult medical, pot spune cu propriile cuvinte de ce au venit — pediatrilor chiar le place să li se adreseze direct copiilor şi să-i încurajeze să le răspundă. Când aveţi în vizită prieteni sau rude, pot fi incluşi în conversaţie şi copiii. Dacă sunt întrebaţi cum se descurcă la şcoală, învăţaţi-i să răspundă pe larg, nu doar să spună „bine“. În astfel de ocazii, ei pot exersa arta de a pune întrebări şi-şi pot demonstra interesul faţă de vieţile celorlalţi. Acestea sunt nişte modalităţi simple, pe care copiii le pot învăţa şi exersa de-a lungul timpului, de a purta o conversaţie adecvată în lumea reală.

Există, din păcate, un factor care poate stânjeni conversaţiile părinte–copil: timpul. Copiii şi părinţii au nişte vieţi pline, ceea ce îi împiedică să găsească timpul necesar pentru o conversaţie profundă. O soluţie ar fi să luaţi masa împreună o dată pe zi, toată familia. Multe studii au evidenţiat faptul că mesele luate împreună, părinţi şi copii, au rezultate pozitive pentru copii şi adolescenţi,

cum ar fi mai puține probleme emoționale și de comportament. Masa în familie se poate desfășura în fel și chip, poate fi chiar un pretext pentru a privi o emisiune la televizor, de pildă, beneficiile ei însă se fac simțite atunci când se dedică o parte din timp conversației. În urma unui studiu la care au participat 26000 de adolescenți s-a ajuns la următoarea concluzie[142]: efectele benefice ale meselor luate în familie cresc cu cât aceste mese sunt mai frecvente. Fiecare masă în plus a fost asociată din punct de vedere statistic cu mai puține probleme emoționale și de comportament și cu mai multă încredere și cu un comportament îndatoritor față de ceilalți.

Dacă vreți însă ca mesele în familie să joace rolul care le este destinat, membrii familiei trebuie să închidă toate electronicele și să se implice în conversație. Simplul fapt de a sta la masă și de a mânca nu este suficient; vitale sunt conversația și interacțiunea pozitivă. Orice familie poate găsi, desigur, și alte prilejuri de a sta de vorbă. Își pot dedica un anumit timp în weekenduri pe care să-l petreacă fără dispozitive electronice. Jocurile de societate pot fi și ele o ocazie de a iniția discuții spontane. Important este să găsiți timpul necesar, să stați împreună și să vorbiți cu regularitate.

ABILITĂȚILE DE COMUNICARE ÎN LUMEA VIRTUALĂ DE ASTĂZI

Abilitățile conversaționale constituie elementele cognitive de bază care le permit copiilor să comunice cu ceilalți. Comunicarea, în schimb, le impune copiilor să înțeleagă gândurile și emoțiile celorlalți și să-și exprime propriile gânduri și emoții. Comunicarea este însă mult mai mult decât atât — ea reflectă o orientare socială care are drept rezultat o legătură folositoare între indivizi. „Abilitățile de comunicare sunt o adevărată comoară“, mărturisește Pippa Lord, fondator al Sous Style. „Sunt o modalitate prin care oamenii te pot cunoaște, care îi ajută să aibă încredere în tine și să cultive o relație mai profundă. Te ajută să te înconjori de oameni, inclusiv cei care lucrează cu tine și cei în folosul cărora muncești. Dacă știi să comunici bine, oamenii își vor dori să te susțină și vor simți că și tu îi susții“.

Tineretul din ziua de azi trebuie să comunice în modalități diferite, inclusiv

electronic. Lord foloseşte toate formele moderne de reţele sociale (de pildă, Facebook, Twitter şi Pinterest) şi conferă astfel o personalitate unică site-ului ei Sous Style. Deşi unii ar putea considera reţelele sociale un mijloc de comunicare artificial şi impersonal, ele reprezintă o realitate a vieţii moderne. Dacă părinţii îi vor urma sfatul şi le vor considera „încă un microfon destinat oamenilor“ — cum spune Lord —, vor avea la îndemână o modalitate pozitivă de a constata cum pot învăţa copiii să se exprime şi să înveţe o mulţime de alte abilităţi sociale şi psihologice. Reţelele sociale şi alte forme de comunicare electronică reprezintă pentru tineri atât o oportunitate, cât şi o provocare. Ei pot folosi aceste mijloace pentru a se conecta cu ceilalţi, dar pentru a face acest lucru trebuie să stăpânească abilităţi de comunicare noi, care evoluează rapid.

Alţi observatori au insistat asupra acestui aspect, acordând o atenţie specială elementelor necesare pentru a avea o carieră de succes. Puteţi găsi online sfaturi despre felul în care se desfăşoară un interviu de angajare pe Skype, iar segmentul „The Ticket to Career Success? Likeability“ (Biletul către succesul în carieră? Agreabilitatea) al site-ului Dailymotion[143] acordă un spaţiu amplu importanţei crescânde a videoconferinţelor şi sistemului de netwoking social, precum şi provocărilor reale pe care le pune obţinerea „agreabilităţii virtuale“. Jurnalista Sue Shellenbarger şi Tim Sanders, autor al lucrării The Likeability Factor, au scris despre cât de greu este să pari autentic, să spui ce ai de spus şi să pari concentrat când participi la o videoconferinţă. Ei prezintă o serie de informaţii (cum să realizezi contactul vizual, să încerci să zâmbeşti natural, să foloseşti diferite tonalităţi de voce) care contribuie la o mai bună interacţiune virtuală. În prezent, se pare că agreabilitatea la locul de muncă depinde nu numai de experienţa fiecăruia dintre noi în copilărie (după cum a evidenţiat studiul), ci şi de uşurinţa cu care ne putem adapta şi putem folosi reţelele sociale.

Scepticii se întreabă dacă nu cumva toată această interacţiune electronică reduce abilităţile de comunicare ale copiilor şi le diminuează competenţa socială. Judith Shulevitz, într-un articol publicat în New Republic[144], îşi manifestă îngrijorarea cu privire la faptul că o întreagă generaţie de copii creşte purtând „discuţii existenţiale cu iPhone-ul“; punându-i întrebări lui Siri[145] şi răspunzându-i. În urma unor discuţii cu mai mulţi specialişti în domeniu, Schulevitz a consemnat preocuparea acestora cu privire la faptul că această formă de interacţiune cu surse de inteligenţă artificială ar putea în cele din urmă diminua rolul emoţiei în comunicare.

Cercetarea ne poate oferi anumite răspunsuri în acest sens? Dr. Sara Konrath,

psiholog social și profesor la Universitatea din Michigan[146], a oferit o prezentare concludentă a literaturii de specialitate relevante la zi. Ea consideră că este posibil ca rețelele sociale să promoveze în mai mare măsură o orientare spre sine și în mai mică măsură legătura cu ceilalți, încurajând o comunicare superficială. Konrath consemnează însă faptul că cercetările de până acum nu sunt concludente, dar că se poate considera că absența unor dovezi poate „lăsa deschisă calea unor posibilități optimiste pentru noile rețele sociale“. În timp ce așteptăm ca cercetarea să recupereze timpul pierdut și să ne ofere datele de care avem nevoie, părinții ar face bine să-și ajute copiii să-și dezvolte o gamă largă de abilități de comunicare. În loc să renunțăm la rețelele sociale, ar trebui să recunoaștem că odraslele noastre trebuie să învețe forme multiple de comunicare eficientă. Este util și interesant să ținem cont de experiențele unor tineri profesioniști precum Lord, căci ei au creat și dezvoltat modalități semnificative și eficiente de a folosi întregul spectru al instrumentelor de comunicare. După cum spune Lord, „aceste forme de comunicare, care evoluează în permanență, vor impune prezența unor abilități sociale care au fost întotdeauna importante, dar care va trebui să fie perfecționate“.

Ca părinte, nu vă mulțumiți să „monitorizați“ activitatea copiilor pe rețelele sociale; citiți cu atenție fiecare mesaj. Identificați diferitele site-uri pe care copilul le-ar putea folosi și observați comportamentul copilului online. Obișnuiește să aibă o comunicare sănătoasă cu colegii? Textele și postările lui sunt cuviincioase? Obișnuiește să bârfească, să răspândească zvonuri și să folosească un limbaj necuviincios? Obișnuiește să vorbească mai mult despre ceea ce îi place și se abține să atace ce nu-i place? Și, înainte de toate, comportamentul copilului pe rețelele sociale este cel cu care sunteți obișnuit ca părinte — folosește cuvinte și expresii pe care le folosește de obicei când se întâlnește cu prietenii sau când vorbește la telefon? Sau spune lucruri pe care nu le-ar spune cuiva în față? Folosite în mod sănătos, rețelele sociale îi pot ajuta pe copii să se cunoască în relație cu alți copii. Îi pot ajuta să se dezvolte ca oameni, să se organizeze pentru o viață plină de succese, așa cum îi ajută orice interacțiune socială sănătoasă. „În aceste rețele sociale și electronice“, remarcă Lord, „este ușor să spui ce este autentic și ce nu. Dacă înveți să folosești instrumente precum Twitter și Skype, te poți implica într-un proces care te ajută să-ți construiești eul. De fapt, poți afla permanent mai multe despre cine ești și cine vrei să fii“. Și, am putea adăuga, despre cum să te înțelegi cu ceilalți și să fii „plăcut“.

PRIMELE INTERVIURI PENTRU ANGAJARE: UN TEST PENTRU ABILITĂȚILE INTERPERSONALE

Am vorbit până acum despre abilitățile sociale pe parcursul copilăriei. Să facem un salt în timp și să ajungem la momentul care-i frământă cel mai mult pe părinți: viața de după terminarea studiilor. Faye de Muyshondt[147] — specialistă în relații publice și autoare a lucrării socialsklz:-) (Social Skills) for Success: How to Give Children the Skills They Need to Thrive in the Modern World și fondator al socialsklz:-) for SUCCESS — a predat relații publice și marketing la New York University și în această perioadă a constatat în mod direct cât de importante sunt abilitățile sociale pentru absolvenți. În cadrul unui interviu pe care ni l-a acordat, autoarea a explicat că a întâlnit mulți studenți care aveau note mari, dar nu reușeau să-și găsească locuri de muncă. A cercetat mai atent și a constatat că acestor studenți talentați, motivați și foarte buni la învățătură le lipsea un singur lucru — nu știau să se descurce la interviurile de angajare. Deși mulți dintre ei aveau relații pozitive, strânse cu prietenii, membrii familiei și alte persoane din viața lor, nu aveau acele abilități interpersonale necesare pentru a se face remarcați la un interviu mai mult decât alți concurenți la fel de bine pregătiți.

După ce a analizat acest fenomen în repetate rânduri, de Muyshondt a creat un curs pentru studenții ei intitulat „The Brand Called YOU“ („Cum să te promovezi“), în cadrul căruia predă abilitățile sociale și de comunicare esențiale de care studenții vor avea nevoie pentru a face față cu brio la un interviu de angajare și în profesiile pe care și le-au ales. Cursul abordează următoarele aspecte: importanța unei prime impresii bune: limbajul trupului, expresii faciale și menținerea contactului vizual. Acoperă, de asemenea, subiecte de bază, precum eticheta conversațională, de pildă eliminarea anumitor expresii, cuvinte prescurtate, interjecții, improprii unei întâlniri de lucru. Faye îi învață pe studenții ei ce să posteze și mai ales ce să nu posteze pe rețelele sociale și cum să trimită un e-mail adecvat.

În scurt timp, de Muyshondt a remarcat o schimbare la studenții ei: au început să obțină rezultate mai bune la interviuri! Așadar, a inițiat afacerea socialsklz:-) și a creat programe speciale destinate dezvoltării abilităților sociale pentru mai multe grupuri de vârste. Ne-a explicat că activitatea ei respectă trei principii de bază:

• Abilităţile sociale influenţează în egală măsură dezvoltarea unui copil şi succesele lui personale şi şcolare.

• Abilităţile sociale nu se regăsesc în măsura în care ar trebui în programele şcolare.

• Părinţii ar trebui să le acorde la fel de multă importanţă precum activităţilor şcolare şi extraşcolare.

Faye de Muyshondt a creat o afacere de succes care se axează pe ideea evidenţiată în acest capitol: este important ca un părinte să cultive abilităţile interpersonale ale copilului său începând de la cele mai mici vârste până la maturitate. Datorită acestor abilităţi oamenii se fac remarcaţi la locul de muncă — nu doar în timpul interviurilor, ci pe tot parcursul vieţii lor profesionale. Jen le spune angajaţilor săi că trebuie să fie „lianţi“ — oameni care construiesc relaţii strânse cu clienţii, colegii şi alte persoane. Astfel de angajaţi, ca să se bucure de succes, trebuie să ştie să asculte, să le pese şi să fie foarte atenţi la lucrurile de care au cu adevărat nevoie alţi specialişti. Sunt nişte comunicatori de excepţie şi pot gestiona diferenţe de opinie şi neînţelegeri. Ei pot înfiripa o relaţie cu oricine, inspiră încredere şi sunt agreabili; prin urmare, clienţii şi colegii vor să fie în preajma lor şi se simt legaţi de firmă. „Angajaţii-liant“ au înţeles că relaţiile îmbunătăţesc calitatea muncii şi ajută, în general, ca oamenii să se simtă bine şi împliniţi la locul de muncă. Dacă ne ajutăm copiii să devină „lianţi“ când vor creşte, le oferim abilităţile esenţiale necesare pentru a putea face faţă cu succes în lumea în care trăiesc.

---

[124] People skills în original în limba engleză, termen provenit din domeniul resurselor umane şi care se referă la abilitatea de a interacţiona, de a influenţa şi de a comunica cu alţi oameni, cf. Collins English Dictionary. Similar inteligenţei emoţionale. (N. red.)

[125] Schimb de e-mailuri şi interviu prin telefon cu autorul, mai 2015.

[126] Vezi „For Women Leaders, Likeability and Success Hardly Go Hand-in Hand“: Marianne Cooper, https://hbr.org/2013/04/for-women-leaders-likeability-a/, 30 aprilie 2013.

[127] „New Research Shows Success Doesn’t Make Women Less Likeable“: Jack Zenger și Joseph Folkman, https://hbr.org/2013/04/leaning-in-without-hesitation, 4 aprilie 2013.

[128] „The Significance of Childhood Competence and Problems For Adult Success in Work: A Developmental Cascade Analysis“: Ann S. Masten et al., Development and Psychology, 2010, 22 (număr special 3): 679–694.

[129] „Likeability, Agression and Social Withdrawal in Childhood, Psychiatric Status in Maturity: A Prospective Study“: Alex E. Schwartzman et al., European Journal of Developmental Science, 2009, 3: 51–63.

[130] Occupational prestige (cunoscută și ca job prestige) este modalitatea prin care sociologii prezintă relativa poziție socială pe care o au oamenii și care face referință la natura consensuală a evaluării unei ocupații în funcție de cât este de valoroasă și de respectabilă. Termenul prestige se referă la admirația și respectul de care se bucură o anumită ocupație în societate. Prestigiul ocupațional nu are nicio legătură, este independent de un anumit individ care are această ocupație. Sociologii au identificat, pe baza unor evaluări la nivel național, nivelul de prestigiu de care se bucură peste 700 de ocupații. Ei au creat o scară de la 0 până la 100, 0 fiind scorul cel mai mic, iar 100 cel mai mare, iar apoi au așezat în ordine ocupațiile în funcție de rezultatele evaluărilor naționale. (N.t.)

[131] Vezi www.casel.org pentru un interviu despre realizările din cercetare și practică.

[132] Partnership for 21st Century Skills, www.p21.org.

[133] Vezi, de pildă, „Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior“: Diana Baumrind, Child Development, 1966, 37: 887–907; „The Influence of Parenting Style on Adolescence Competence and Substance Use“: Diana Baumrind, Journal of Early Adolescence, 1991, 11:56–95.

[134] „The Relation of Parenting, Child Temperament, and Attachment Security in Early Childhood to Social Competence at School Entry“: Kristin M. Rispoli et al., Journal of School Psychology, 2013, 51: 643–658.

[135] http://www.bullyingstatistics.org/content/school-bullying.html; pentru date mai recente, vezi htpp://nces.ed.gov/fastfacts.

[136] „Adult Psychiatric Outcomes of Bullying and Being Bullied by Peers in Childhood and Adolescence“: William E. Copeland et al., JAMA Psychiatry, 2013, 70: 419–426; „Impact of Bullying in Childhood on Adult Health, Wealth, Crime and Social Outcomes“: Dieter Wolke et al., Psychological Science, 2013, 24, 1958–1970.

[137] „Parenting Behavior and the Risk of Becoming a Victim and a Bully/Victim: A Meta-Analysis Study“: Suzet Tanya Lereya et al., Child Abuse and Neglect, 2013, 37, 1091–1108.

[138] Vezi, de pildă, o aplicație destinată înțelegerii interacțiunii dintre frați: „Sisters, Brothers, and Delinquency: Evaluating Social Influence During Early and Middle Adolescence“: Cheryl Slomkowski et al., Child Development, 2001, 72: 271–283.

[139] „My Students Don’t Know How to Have a Conversation“: Paul Barnwell, htpp://www.theatlantic.com/education/archive/2014/04/my-students-dont-know-how-to-have-a-conversation/360993/, 22 aprilie 2014.

[140] „SES Differences in Language Processing Skill and Vocabulary are Evident at 18 Months“: Anne Fernald et al., Developmental Science, 2013, 16, 234–248.

[141] „The Effects of Expansions, Questions and Cloze Procedures on Clidren’s Conversational Skills“: Tze-Peng Wong et al., Clinical and Linguistic Phonetics, 2012, 26: 273–287.

[142] „Family Dinners, Communication, and Mental Health in Canadian Adolescents“: Frank J. Elgar et al., Journal of Adolescent Health, 2013, 52: 433–438.

[143] htpp://www.dailymotion.com/video/x1jouy2_the-ticket-to-career-success-likability_news, 25 martie 2014.

[144] „Siri, You’re Messing Up a Generation of Children“: Judith Shulevitz, http://www.newrepublic.com/article/117242/siris-psychological-effects-children, 2 aprilie 2014.

[145] Siri este un manager personal disponibil pe iPhone 4S, controlat exclusiv prin intermediul comenzilor vocale. Spre deosebire de software-ul tradiţional de recunoaștere a vocii, care mizează de regulă pe comenzi predefinite de utilizator, Siri are pretenția de a recunoaște vorbirea naturală a omului și de a răspunde, într-un fel sau altul, la aproape orice întrebare. Practic, cu Siri poți vorbi la fel cum vorbești cu orice altă persoană. (N.t.)

[146] „The Empathy Paradox: Increasing Disconnection in the Age of Increasing Connection“: Sara Konrath, în R. Luppicini (coord.), Handbook of Research on Technoself: Identity in a Technological Society, 2012, Hershey, PA: IGI Global.

[147] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon, mai 2014.

7

În slujba celorlalți

Am remarcat deja că ajutându-ne copiii să dezvolte o serie de tendințe sau abilități antreprenoriale le înlesnim posibilitatea de a-și defini și urmări viziunea despre succes. Există însă o tendință, mai presus de celelalte, pe care teoreticienii antreprenoriali o consideră cheia succesului: dorința de a fi în slujba celorlalți. Gândiți-vă la orice profesie, veți constata că, dacă nu produceți ceva de valoare — dacă nu vă aduceți contribuția la ceea ce se dorește sau este necesar —, nu vă puteți bucura de succes. Medicii vindecă oameni. Bucătarii fac mâncăruri gustoase. Artiștii stârnesc emoție. De succes nu te poți bucura în singurătate; oamenii își construiesc afaceri și cariere ajutându-i pe ceilalți și îmbunătățindu-le viața. Dave Kerpen, fondator și director general al firmei de marketing Likeable Local[148], susține că formula cea mai importantă pe care o poți rosti într-o întâlnire este: „Cu ce vă pot fi de folos?“

Oamenii de afaceri vorbesc foarte mult în prezent despre organizații care au o misiune — organizații care încearcă să facă ceva mai mult decât bani. Să nu uităm însă că antreprenorii au fost întotdeauna animați de obiective înalte. Deși vor să obțină profit, ceea ce este firesc, ei înțeleg intuitiv că imperativele financiare nu sunt suficiente pentru ca o afacere să se dezvolte, iar în realitate, principalele lor motivații când au început afacerea nu vizau neapărat profitul. Experiența lui Jen este un exemplu grăitor. La începutul carierei, Jen a descoperit că celor mai mulți oameni nu le plac slujbele pe care le au. Și-a dorit ca într-o bună zi să înființeze o firmă unde oamenii să ardă de nerăbdare să vină să lucreze luni dimineața — un loc unde angajații să se dezvolte personal și profesional, unde să desfășoare o activitate utilă, care să le dea impresia că își aduc și ei contribuția la ceva important. După un număr de ani, când și-a înființat firma, a conceput un plan de afaceri din care reieșea cum va obține profit, dar principalul ei obiectiv a rămas dorința de a crea un loc de muncă mai plăcut. Și-a asumat cu plăcere responsabilitatea de a conduce firma, căci a simțit că este în

stare să procedeze în așa fel încât visul ei să devină realitate. E adevărat că angajații ei nu se aruncă în flăcări ca să salveze vieți omenești și nici nu vor găsi antidotul cancerului (una dintre colegele ei folosește chiar un joc de cuvinte ca să spună acest lucru „facem PR, nu ER“[149]), dar desfășoară activități utile și se dezvoltă ca oameni. Le face plăcere să vină la lucru zi de zi și, prin urmare, Jen și-a văzut visul cu ochii.

SĂ FII UTIL: SĂ ȘTII CE VOR CEILALȚI

Cum știu antreprenorii ce afacere să înceapă? Cum găsesc țeluri mai importante de înfăptuit? Să ai o viziune, să ai abilitatea de a stimula și motiva oamenii în jurul unei idei, așa cum a făcut-o Jen, spune Sheree Spoltore[150], nu este simplu; trebuie să muncești mult pentru asta. Spoltore este fondator și președinte al Global Songwriters Connection (GSC), prima firmă de profil din Nashville, Tennessee. GSC oferă numeroase servicii care îi ajută pe compozitori să-și îmbunătățească stilul și care le sporesc șansele de afirmare și reușită în industria muzicală, unul dintre cele mai competitive domenii artistice — misiunea lor este să-i încurajeze, să le pună la dispoziție echipamentele necesare și să le dea posibilitatea creatorilor să lucreze și să își câștige existența cu ajutorul creațiilor lor. Spoltore are toate atuurile pentru a lucra în acest domeniu, fiind ea însăși compozitoare, intermediar între compozitori și cântăreți, alegând noile melodii pentru aceștia, și mentor (a lucrat timp de șapte ani în funcții de conducere în cadrul Nashville Songwriters Association International (NSAI), cea mai mare asociație a compozitorilor din lume). În perioada în care a deținut cea din urmă funcție, Spoltore a dezvoltat nenumărate programe pentru compozitori aspiranți, care s-au materializat în sute de contracte pentru textieri.

Dacă apari în Nashville cu o chitară și un teanc de cântece, vei afla foarte curând că nu ești singur. În zona Nashville se estimează că există circa 55 000 de compozitori. Când Richard a participat în 2009 la o întâlnire în biroul lui Spoltore de la NSAI, peste tot erau numai CD-uri: pe biroul ei, pe rafturi, pe podea, oriunde îți fugeau ochii. Spoltore a vorbit extrem de elocvent despre cât este de greu să te afirmi într-un oraș cunoscut pentru mulți compozitori celebri: „Adevărul este că Nashville nu mai are nevoie de niciun cântec. Există o mulțime de cântece, de cântece minunate. Chiar dacă reușești, prin compozițiile

tale, să atingi nivelul lor de perfecțiune, îți dai seama foarte repede că nu este de ajuns să compui cântece minunate. Trebuie să vii cu ceva cu totul special, ceva ce Nashvilleului îi lipsește, pentru ca iubitorii de muzică să simtă nevoia să-ți asculte cântecele“.

Trebuie să te pui în pielea celuilalt și să te gândești cum îl poți ajuta.

În timpul discuțiilor noastre, Spoltore ne-a vorbit mai pe larg despre aceste lucruri: „Când lucrezi în domeniul afacerilor, trebuie să te obișnuiești să înțelegi nevoile celorlalți, pentru a le putea veni în întâmpinare. Nu încerca să oferi o baladă cuiva care caută un cântec ritmat — și nu-i oferi un cântec ritmat care seamănă cu altele pe care le știe. Ca să-i satisfaci gusturile nu e de ajuns să te pricepi la muzică. Trebuie să te pui în pielea celuilalt și să te gândești cum îl poți ajuta. Doar așa cineva din Nashville poate descoperi că are nevoie de muzica ta“. Spoltore are dreptate: dacă îți dai seama de ce anume are nevoie cineva, dintr-odată serviciile tale devin relevante. Dacă putem să ne ajutăm copiii să-i înțeleagă pe ceilalți și să știe de ce anume au nevoie, vom reuși în mai mare măsură să-i pregătim pentru o viață lipsită de griji, care să le ofere satisfacții și succes.

SĂ ÎNȚELEGEM ȘI SĂ ACCEPTĂM EMOȚIILE CELORLALȚI

Deși Spoltore lucrează cu persoane de toate vârstele, a petrecut foarte mult timp cu tineri care sunt la început de drum în cariera lor muzicală. În calitate de mentor, Spoltore nu se mulțumește să educe talentul muzical — ea își concentrează activitatea și pe dezvoltarea și perfecționarea abilităților tinerilor de a înțelege emoțiile celorlalți. Deși înțelegerea emoțională este un aspect important al creației artistice — Spoltore îi numește pe compozitori „arhitecți ai emoțiilor“ —, ea reprezintă și un atu important în relațiile cu ceilalți colaboratori. În industria muzicii, trebuie să colaborezi permanent cu alți colegi

și nu poți face acest lucru dacă nu le poți descifra emoțiile. „Înțelegerea emoțiilor este o abilitate extrem de importantă pe care compozitorii trebuie s-o dezvolte concomitent cu aptitudinile lor artistice“, spune Spoltore. „Oamenii vor să fie apreciați, înțeleși, susținuți. Ei se dezvăluie prin intermediul emoțiilor. Trebuie să știi cum să-i înțelegi și cum să reacționezi la sentimentele lor — aceasta este o modalitate importantă de a le fi de ajutor.“

Există o vastă literatură consacrată tipului de înțelegere emoțională de care au nevoie oamenii dacă vor să înțeleagă nevoile și emoțiile celorlalți. Se pare că părinții pot contribui în mare măsură la grăbirea dezvoltării acestui tip de înțelegere la copiii lor. Cercetătorii au analizat, de pildă, avantajele și importanța faptului de a le vorbi copiilor despre emoții, în special în primii ani de viață. Modul în care părinții le comunică propriile păreri despre emoții influențează substanțial modul în care se dezvoltă felul în care copiii gândesc despre emoții. S-a studiat apoi dacă părinții consideră emoțiile periculoase[151] (ceva ce trebuie evitat) sau adaptative (ceva firesc, ce trebuie împărtășit celorlalți). Părinții care considerau emoțiile „un pericol“, atunci când au completat chestionarele cercetătorilor, susțineau totodată că: „Acei copii care au emoții puternice sunt predispuși multor probleme“. În schimb, părinții care considerau emoțiile adaptative sunt de părere că „pentru un copil este important să-și poată exprima bucuria“ sau că „furia poate fi o motivație potrivită pentru acțiune“.

Dacă părinții le transmit copiilor că emoțiile sunt periculoase (de pildă, ideea că „dacă îți asculți inima, și nu mintea, vei avea de suferit“), cei mici vor învăța să nu țină cont de emoțiile celorlalți. Vor avea tendința „să se sperie“ când cineva se înfurie, și, poate, deși acest lucru este mai puțin evident, când cineva își manifestă zgomotos bucuria. Și invers, dacă părinții le transmit copiilor că nu este doar firesc, ci și foarte important să-ți manifești emoțiile, cei mici, pe lângă faptul că vor dezvolta strategii sănătoase pentru a-și exprima trăirile, se vor strădui să observe și să înțeleagă emoțiile persoanelor din jurul lor.

Studiile au evidențiat faptul că modul în care părinții percep emoțiile anticipează abilitatea copiilor de a înțelege emoțiile celorlalți. De pildă, în cadrul unui anumit proiect, ale cărui concluzii au fost publicate în 2014 în Infant and Child Development[152], s-au studiat diade părinte–copil în laborator. Chestionarele le-au permis cercetătorilor să evalueze convingerile părinților despre emoții, precum și în ce măsură părinții îșI ajutau efectiv copiii să-și exprime emoțiile, nu să le ascundă. Părinții și copiii au fost puși apoi să îndeplinească o serie de sarcini legate de emoții, inclusiv să privească anumite imagini filmate, după care

copiilor li s-a cerut să identifice emoţiile exprimate de personaje. Rezultatele au fost concludente: dacă părinţii considerau că este important să ne exprimăm emoţiile şi-şi ajutau copiii să le înţeleagă, copiii reuşeau în mult mai mare măsură să „descifreze“ corect emoţiile altora, adică ale personajelor din imagini. Copiii care învaţă că emoţiile sunt „periculoase“ sunt dezavantajaţi când trebuie să deprindă modul în care pot recunoaşte emoţiile celorlalţi.

SĂ NE ANALIZĂM PROPRIILE REACŢII

Gândiţi-vă la viaţa cotidiană de părinte. Ce faceţi când copilul se înfurie sau este trist? Vă faceţi că nu observaţi şi vă purtaţi de parcă ar trebui să îi treacă de la sine? Sau îi acceptaţi trăirile şi îl întrebaţi ce l-a supărat? Dacă îi ignoraţi furia, îi sugeraţi că emoţiile sunt periculoase, nu sunt bune, iar dacă discutaţi cu copilul despre starea lui, îi sugeraţi că este foarte bine să-şi exprime trăirile, dar este la fel de important să fie atent la emoţiile celorlalţi. La fel de adevărat este şi că dacă vă bucuraţi de bucuria copilului, îi daţi de înţeles cât este de importantă sensibilitatea emoţională, iar dacă păreţi plictisit, îl descurajaţi să-şi manifeste emoţiile. În prezent, părinţii excesiv de ocupaţi nu reuşesc să fie atenţi la fiecare emoţie exprimată de un copil mic. Este important însă ceea ce îi transmiteţi de obicei, nu ocazional, în privinţa emoţiilor, în special a celor exprimate de el.

Dacă vă bucuraţi de bucuria copilului, îi daţi de înţeles cât este de importantă sensibilitatea emoţională, iar dacă păreţi plictisit, îl descurajaţi să-şi manifeste emoţiile.

Este, de asemenea, foarte important să vă daţi seama că-i transmiteţi copilului ceea ce credeţi despre emoţii şi despre manifestarea lor şi atunci când staţi de vorbă despre alte persoane. Să presupunem, de pildă, că bunica nu e în apele ei, şi în consecinţă nu vorbeşte şi nu se joacă aşa cum face de obicei cu copilul vostru. Vă puteţi ajuta copilul să înţeleagă şi să accepte emoţiile celorlalţi „unind punctele între ele“ în locul lui (de exemplu: „Bunica nu vorbeşte pentru că este

tristă — a aflat că o prietenă a ei este foarte bolnavă“). O altă modalitate de a-i transmite copilului că emoţiile sunt importante este să-i vorbiţi despre propriile voastre emoţii. E bine să-i explicaţi: „Sunt supărat pentru că această companie mi-a trimis pentru a treia oară o piesă greşită — am să le dau telefon, poate chiar am să ridic vocea ca să le dau de înţeles cât sunt de supărat şi că vreau ca de data asta să fie mai atenţi“. I-aţi comunicat astfel copilului că nu vă este teamă de ceea ce simţiţi, că ceea ce simţiţi este important, că este firesc să vă manifestaţi sentimentele şi că exprimarea lor se poate transforma într-o acţiune utilă.

Pe măsură ce copiii cresc, şi în special în primii ani ai adolescenţei, reacţiile părinţilor continuă să influenţeze modul în care copiii simt şi-şi controlează emoţiile. Ştim cu toţii că adolescenţii pot reacţiona excesiv la evenimente care adulţilor li se par nişte fleacuri. Emoţiile adolescenţilor se schimbă rapid. Uneori ceea ce simt şi modul în care se manifestă par desprinse de realitate. Deşi aceste reacţii excesive şi contradictorii pot fi obositoare pentru un părinte, este important să menţineţi mesajul pozitiv despre emoţiile pe care le transmiteţi. Încercaţi să-i ascultaţi cu înţelegere, dacă puteţi, şi mai ales străduiţi-vă să nu păreţi plictisit şi dezinteresat de ceea ce spun. Daţi-le de înţeles că emoţiile sunt importante — şi că emoţiile lor sunt importante.

AJUTOARE NATURALE

Pe lângă sensibilitatea emoţională, copiii dezvoltă abilitatea de a acţiona ca răspuns la emoţii — altfel spus, de a avea un comportament empatic. Una dintre cele mai importante descoperiri ale cercetării în domeniul dezvoltării este faptul că, de la vârste foarte mici, copiii au instinctul natural de a ajuta, controlat în parte de abilitatea lor de a recunoaşte sau de a înţelege că cineva are nevoie de ajutor. Cercetătorii Felix Warneken şi Michael Tomasello[153] au pus la punct un experiment inteligent pentru a testa disponibilitatea unor copii în vârstă de paisprezece luni de a oferi ajutor în mod spontan. Unul dintre cercetători a scăpat pe jos un obiect pe care îl ţinea în faţa fiecărui copil. Mulţi copii l-au luat de jos şi i l-au dat înapoi cercetătorului. Cercetătorii le-au sugerat în mod repetat copiilor că au nevoie de ajutor (de pildă, s-au întins după un pix la care nu ajungeau), iar copiii i-au ajutat (de pildă, au încercat să se întindă ei după pix). Cercetătorii nu au cerut însă ajutor în mod explicit. Copiii au observat că

cercetătorul are nevoie de ajutor.

După cum au evidențiat și alte studii, copiii mai mărișori sunt extrem de inteligenți și înțeleg nu doar că cineva are nevoie de ajutor, ci își dau seama și cum pot ajuta mai mult persoana respectivă. Cercetătorii Alia Martin și Kristina Olson[154] de la Universitatea Yale au creat un experiment în care li se cerea ajutorul unor copii în vârstă de 3 ani, dar ceea ce li se cerea să facă nu îi era, de fapt, de ajutor cercetătorului. De pildă, cercetătorul îi cerea unui copil să-i dea o cană, să toarne apă în ea, dar cana era găurită. În această situație, copiii nu au făcut ce li s-a spus, pentru că au știut că această cană spartă nu îi va fi de folos cercetătorului. În alte situații însă, dacă cercetătorul i-a cerut copilului o cană spartă s-o arunce, copilul i-a dat-o. Martin și Olsen numesc acest comportament ajutor „paternalist“, deoarece pentru copii a contat mai mult să-l ajute cu adevărat pe cercetător decât doar să facă ce li s-a cerut.

Cea mai bună modalitate de a le permite copiilor să ajute, după cum sugerează acest studiu, este de a le da pur și simplu ocazia de a-și oferi ajutorul. Această concluzie este importantă, căci părinții ocupați au deseori impresia că micuții lor mai mult îi „încurcă“ atunci când au ceva de făcut. Deși este adevărat că părinții trebuie uneori să fie foarte atenți ca să ducă ceva la bun sfârșit, pot găsi totuși multe ocazii să-și lase copiii să-și exprime înclinația de a ajuta — și pot face asta pur și simplu fiind prezenți cât mai mult lângă copiii lor. Copiii își dau seama că îți „trebuie“ ceva și vor să te ajute cât de bine pot. Este un lucru bun să le ceri copiilor ajutorul, dar și mai bine este să le oferi șansa de a te ajuta și să le spui cât de mult te bucuri că te-au ajutat, căci astfel le consolidezi, ca părinte, instinctul natural de a ajuta.

E interesant să ne întoarcem acum la problema îndatoririlor gospodărești, despre care am discutat în capitolul 5. Ajungem astfel la ideea că cea mai bună modalitate de a-i ajuta pe copii să profite de beneficiile asociate cu treburile gospodărești este de a le dezvolta motivația interioară de a participa la aceste treburi. Richard, în colaborare cu Whirpool Corporation[155], a analizat ideea că cel mai important și mai puternic motivator interior poate fi, de fapt, tocmai ideea că cei mici au în mod natural tendința de a ajuta. Într-un raport oficial s-a sugerat ca părinții să aibă în vedere să schimbe percepția despre treburile gospodărești în așa fel încât ele să fie considerate o ocazie pentru membrii familiei de a se ajuta reciproc și să schimbe discuțiile din cadrul familiei ținând cont de acest lucru. Cei mici sunt capabili să ridice o cămașă de jos fără să li se ceară acest lucru, sau să aducă șoseta care nu vă e la îndemână când puneți rufele

uscate la locul lor. Copiii îşi doresc în mod cert să vă ajute să puneţi masa sau la gătit. Ei nu fac decât să aştepte ocazia potrivită să vă sară în ajutor.

Considerând treburile gospodăreşti nişte activităţi în care fiecare membru al familiei se implică şi avem astfel grijă unii de alţii, în fiecare zi, nu doar o corvoadă obositoare şi neplăcută, creăm un climat familial care încurajează copiii să-şi urmeze instinctul de a ajuta, de a sprijini. După cum se afirmă în raport, părinţii pot vorbi despre cât de mult le place să se asigure că micuţii lor au haine curate, care miros frumos, cât de mult aşteaptă să ia masa cu toţii împreună şi despre cât de bine este ca locuinţa lor să fie curată şi primitoare pentru prieteni. Dacă părinţii îşi includ, pur şi simplu, copiii de toate vârstele în aceste treburi gospodăreşti zilnic, considerând acest lucru o rutină pozitivă de familie — în loc să le impună ce să facă — îi vor încuraja să dea curs instinctelor înnăscute. După cum am constatat când am vorbit de experimentele cercetătorilor, copiii nu aşteaptă să li se spună să ajute; ei nu au nevoie decât să observe când cineva are nevoie de ajutor, iar atunci îi vor sări acelei persoane în ajutor.

SĂ LE DĂM OCAZIA COPIILOR MAI MARI SĂ FACĂ BINE

Şi copiii mai mari au o astfel de tendinţă, numai că viaţa lor este mai complicată. Toate îndatoririle care le revin, precum temele pentru acasă sau antrenamentele sportive, le impun să fie atenţi, să se concentreze, şi astfel uită uneori să-i ajute pe ceilalţi. Părinţii pot compensa acest lucru încurajându-i să aibă un comportament altruist şi oferindu-le ocazia să facă bine altora.

The Greater Good Science Center (GGSC) din cadrul Universităţii din California, Berkeley[156], reuneşte specialişti care studiază o gamă largă de comportamente prosociale. Deşi recunosc că tendinţa de a-i ajuta pe ceilalţi este o tendinţă umană înnăscută, aceşti specialişti îi încurajează, îi sfătuiesc pe părinţi să cultive bunătatea la copiii lor. Site-ul lor oferă multe sfaturi utile în acest sens. Iată una dintre sugestii: părinţii trebuie să modeleze bunătatea în familie şi în afara familiei. Părinţii îi pot ajuta pe alţii, pe stradă, dacă par să fi suferit un accident sau să nu se simtă bine, sau pot suna la 112 dacă văd o maşină stricată trasă pe marginea autostrăzii. Pentru copii, orice gest care denotă grijă faţă de

ceilalţi şi modelează un comportament de „ajutorare“ transmite un mesaj important. Este la fel de util şi important să discutaţi cu cei mici despre ceea ce faceţi şi de ce faceţi acest lucru — pentru a le explica faptul că aţi înţeles nevoia de ajutor a altcuiva şi că aţi acţionat în consecinţă.

The Greater Good Science Center sugerează totodată includerea copiilor în acţiunile de voluntariat. Acest lucru poate fi făcut deopotrivă acasă sau în cadrul unor organizaţii, într-un mod adecvat vârstei. Puteţi participa împreună la acţiuni de caritate: puteţi dona haine şi conserve unor organizaţii care le distribuie apoi oamenilor nevoiaşi. Dacă faceţi o donaţie în bani, explicaţi-i pe larg copilului ce faceţi şi de ce faceţi acest lucru. Gesturile sunt mai grăitoare decât cuvintele, dar este la fel de important să vorbiţi despre natura empatică a comportamentului vostru. Ideea este să plantaţi proactiv sămânţa ajutorului acordat altora. Potrivit GGSC, este deosebit de important să-i implicaţi pe copii în mod personalizat. Una dintre cele mai interesante idei pe care ni le sugerează GGSC este de a-i învăţa pe copii să doneze copiilor spitalizaţi o parte din dulciurile primite de Halloween.

Să plantaţi proactiv sămânţa ajutorului acordat altora.

GGSC le recomandă părinţilor să nu-şi recompenseze copiii pentru fapte bune cu bani sau cadouri. De vreme ce scopul este ca cei mici să-şi exerseze dorinţa înnăscută de a-i ajuta pe ceilalţi, acordarea unei recompense ar fi ca nuca în perete. Le puteţi acorda însă o recompensă socială copiilor pentru altruismul lor. Deşi se ştie că este mult mai eficient să lauzi efortul copiilor decât rezultatul gestului lor (sau ceea ce sugerează acest rezultat despre personalitatea lor), am putea face o excepţie atunci când încercăm să le cultivăm comportamentul empatic. Într-un articol pentru New York Times, dr. Adam Grant (autor al lucrării Give and Take: Why Helping Others Drives Our Success) prezintă o serie de studii[157] care vin în sprijinul acestei concluzii. În cadrul unui experiment, copiii au primit bile colorate ca recompensă pentru că au participat la un anumit joc şi au donat o parte din ele copiilor sărmani. Jumătate dintre copii au fost lăudaţi pentru gestul lor, iar cealaltă jumătate au fost lăudaţi pentru că sunt nişte persoane amabile şi binevoitoare. Peste câteva săptămâni fiecare copil a fost adus înapoi în laboratorul de studiu şi i s-au oferit noi ocazii de a dărui şi de a

împărţi cu alţii ceea ce a primit. S-a constatat că acei copii care au fost lăudaţi pentru dărnicia lor au fost mult mai generoşi decât ceilalţi. Grant consemnează faptul că tipul de limbaj folosit contează foarte mult în cazul copiilor mici — substantive precum „ajutor“ (în sensul de persoană care oferă ajutor) pot avea o influenţă mult mai mare decât verbe precum „a ajuta“. Trebuie să o spunem din nou, limbajul părinților îi poate ajuta foarte mult pe copii să se perceapă ca fiind niște persoane darnice din naștere.

Ca părinte, încercați să găsiți ocaziile potrivite pentru ca micuțul vostru să vină în ajutorul cuiva și profitați de pasiunile lui pentru a face acest lucru. Fiicei lui Richard i-au plăcut întotdeauna câinii, iar el are niște amintiri minunate despre perioada în care familia lui făcea voluntariat la un adăpost pentru animale. Adăpostul avea un program de voluntariat la care puteau participa copii de toate vârstele, iar personalul adăpostului a verificat animalele înainte pentru a stabili care dintre ele ar relaționa pozitiv cu cei mai mici voluntari. Părinții și copiii s-au pregătit în prealabil cu persoane specializate, iar apoi au putut veni oricând să scoată câinii la plimbare, să-i ducă la locuri de joacă și să-i învețe să răspundă la comenzi. Personalul adăpostului le-a spus tuturor voluntarilor că nu este important doar să le dea atenție câinilor, ci și să-i ajute să socializeze, pentru a li se putea găsi stăpâni. Toată familia s-a bucurat când unul dintre câinii cu care au lucrat și-a găsit un nou stăpân. Fiicei lui Richard îi plăcea atât de mult la adăpost, încât voia să se ducă acolo în fiecare weekend și în vacanțele școlare. Aceasta a fost una dintre activitățile ei preferate începând de la vârsta de patru ani.

TREI ACTE DE BUNĂTATE

Studiile făcute în domeniul dezvoltării sugerează un lucru: comportamentul prosocial sporește odată cu vârsta, iar puberii și adolescenții încep să fie sensibili la anumite „reguli“ care guvernează manifestările de altruism. De pildă, adolescenții sunt mult mai darnici când sunt în compania prietenilor. E firesc; dezvoltarea unei relații intime presupune să vrei să faci mai mult pentru o anumită persoană, nu pentru o simplă cunoștință. Ceea ce pot face părinții este să-i ajute să devină conștienți de recompensa interioară de care au parte când îi ajută pe alții. Un studiu întreprins de dr. Kristin Layous și colegii săi[158] ne oferă

o imagine fascinantă a efectelor pozitive ce decurg din faptul că un părinte îşi roagă copilul să facă un lucru bun pentru alţii. La studiu au participat nouăsprezece clase din Vancouver, British Columbia. Copiii, cu vârste cuprinse între nouă şi unsprezece ani, au fost împărţiţi în două grupuri. Timp de patru săptămâni, în fiecare săptămână, unuia dintre grupuri i s-a cerut să viziteze trei locuri (era la latitudinea lor să le aleagă). Celuilalt grup i s-a cerut să facă trei acte de bunătate. S-au adunat apoi informaţii despre modul în care copiii s-au achitat de îndatoririle atribuite. Printre locurile vizitate s-au numărat „casa bunicii“ şi un „teren de baseball“. Printre actele de bunătate s-au putut consemna „să dau cuiva o parte din pachetul meu“ şi „s-o îmbrăţişez pe mama când e supărată“. Înainte de a trece la acţiune, copiii au completat nişte chestionare din care reieşea starea lor de bunăstare psihică. Elevii din fiecare clasă au completat şi evaluări sociometrice pentru toţi colegii lor, indicându-i pe elevii în compania cărora le-ar plăcea să petreacă mai mult timp. La sfârşitul celor patru săptămâni, s-au reluat toate aceste evaluări.

Faptul că li s-a cerut să-şi manifeste bunătatea a determinat creşterea stării psihice de bine, dar şi copiii care au fost instruiţi să viziteze nişte locuri au avut o stare psihică mai bună. Ceea ce a deosebit cele două grupuri a fost faptul că acei copii care au făcut gesturi frumoase au primit aprecieri mai multe din partea colegilor, aceştia au ajuns să-i agreeze mai mult. După cum sugerează autorii, dacă s-ar încuraja în clasă disponibilitatea copiilor şi li s-ar cere tuturor să facă gesturi frumoase, nu s-ar îmbunătăţi numai starea psihică a acestora, ci clasele ar deveni mai unite. Suntem de acord cu ei şi vă sugerăm că un model similar s-ar putea aplica acasă. O familie care îi încurajează pe toţi membrii să înfăptuiască „trei acte de bunătate“ ar putea îmbunătăţi substanţial dinamica generală interpersonală acasă.

CHIOŞCUL CU LIMONADĂ: MAI MULT DECÂT O SIMPLĂ OPORTUNITATE INIŢIALĂ DE AFACERI

Mulţi oameni consideră că o preocupare majoră în viaţa unui părinte trebuie să fie cultivarea şi dezvoltarea empatiei, a bunătăţii şi a comportamentului prosocial ale copilului său; adevărul este că altruismul în gândire şi în fapte le asigură acestora şi succesul în viitor. Să ne gândim la un simbol arhetipal al tânărului

antreprenor, chioşcul cu limonadă[159]. Să deschidă un chioşc cu limonadă este una dintre primele experienţe de care au parte mulţi copii când încearcă să vândă ceva. Pentru unii dintre ei, precum Brian Cunningham, a fost o experienţă transformatoare. Cunningham este cofondator şi director general al My Career Launcher[160], o firmă inovatoare a cărei activitate vizează cultivarea abilităţilor antreprenoriale la copiii de toate vârstele. În anii 1940, când era doar un copil şi locuia la Washington, DC, Cunningham era extrem de distrat, şcoala i se părea plictisitoare şi nu înţelegea de ce trebuie să înveţe anumite lucruri fără un motiv întemeiat. La vârsta de şapte ani a deschis un chioşc cu limonadă şi atunci s-a întâmplat ceva neaşteptat.

Este important să-i faci pe oameni să se simtă bine.

Cunningham îşi aminteşte că, încă de la o vârstă fragedă, a înţeles că nu doar vinde limonadă — ci le oferă un serviciu celorlalţi şi, prin urmare, trebuie să ţină cont de nevoile lor. Pentru a avea succes, s-a gândit că trebuie să le dea clienţilor şi altceva; trebuia să le ofere în egală măsură o recompensă socială. Îşi aminteşte că îi plăcea foarte mult să stea de vorbă cu oamenii care veneau la chioşcul lui. Privindu-i în ochi şi urmărindu-le limbajul trupului, a înţeles că le place să cumpere limonadă de la el. Din această experienţă a învăţat un principiu pe care l-a respectat toată viaţa: este important să-i faci pe oameni să se simtă bine.

În urmă cu câţiva ani, Brian a descoperit că un număr semnificativ de antreprenori au făcut eforturi supraomeneşti să reziste la şcoală, iar unii chiar au renunţat la studii. Brian s-a gândit să creeze nişte instrumente menite să-i ajute pe copiii de toate vârstele să înveţe principiile antreprenoriale care le-ar putea ghida dezvoltarea şi obiectivele profesionale. My Career Launcher elaborează şi publică o serie de ghiduri destinate copiilor mici, copiilor de grădiniţă, celor de la şcoala elementară, de la gimnaziu, liceu şi chiar studenţilor, în care sunt prezentate extraordinarele posibilităţi care îi aşteaptă când vor dori să-şi facă o carieră.

Primul ghid publicat de My Career Launcher a luat forma unei serii de cărţi pentru preşcolari. Cartea Camila’s Lemonade Stand a fost inspirată de reflecţiile lui Cunningham pe tema lecţiilor pe care le-a învăţat la Washington, DC la

vârsta de șapte ani. Camila este unul dintre cei „șapte copii care nu se tem de nimic și se aventurează în căutarea viitorului lor“ din echipa Career Launcher. Subiectul cărții: Camila trebuie să rezolve o problemă începând o afacere: în oraș a ajuns un bâlci cu o roată imensă, dar Camila nu are bani să se urce în ea. Ea descoperă, cu ajutorul unui „spiriduș prietenos“ pe nume Itsy, că poate deschide o afacere — un chioșc cu limonadă. Cartea povestește problemele cu care s-a confruntat și soluțiile pe care le-a găsit, și le spune ce a descoperit Camila: dacă îți dai seama cum să le oferi altor oameni ceea ce au nevoie, ai descoperit calea spre succes. În cele din urmă, Camila câștigă destui bani ca să se urce în roată împreună cu prietenii ei din echipa Career Launcher.

Părinții pot folosi și altfel chioșcul cu limonadă pentru a le insufla copiilor o etică a prestării de servicii. Acum câțiva ani, familia Kerpen din Port Washington, New York, a început să facă o plimbare în fiecare sâmbătă până la piața din orașul lor unde veneau producători. Cei doi soți, Dave și Carrie (cofondatori și directori generali la agenția Likeable Media[161]), împreună cu fiicele lor Charlotte, în vârstă de zece ani și Kate, în vârstă de opt ani, au constatat că le place să se plimbe de la o tarabă la alta, să stea de vorbă cu fermierii și să se întoarcă acasă cu legume proaspete, organice, pe care să le folosească la gătit. Într-o sâmbătă, la puțin timp după ce a fost introdusă această nouă tradiție de familie, lui Charlotte i s-a făcut sete și a vrut să bea ceva. Nimeni nu vindea însă băuturi răcoritoare. O camionetă care vindea sucuri proaspete din fructe și legume venise de câteva ori la piață, dar atunci nu era acolo.

Charlotte i-a vorbit despre toate acestea tatălui ei: „Asta chiar e o problemă“, a spus el. „Cum am putea s-o rezolvăm?“

Charlotte s-a gândit câteva clipe. Dintr-odată fața i s-a luminat: „Putem să deschidem un chioșc cu limonadă!“

Dave s-a gândit că e o idee bună și a încurajat-o pe Charlotte să-și încerce norocul. Cele mai multe chioșcuri cu limonadă, i-a explicat el, se află de obicei în fața casei cuiva. Clienții lor sunt mai ales copii și părinții lor. Dacă deschidem un chioșc cu limonadă la piață vom rezolva o problemă serioasă, multă lume e însetată acolo.

Charlotte a avut mult de lucru până să fie totul gata. Cum la piața aceea se vindeau numai produse organice, a trebuit să caute o rețetă pentru o băutură

organică. Cu 25 de dolari din economiile ei a cumpărat o licență pentru a putea vinde la piață. Și apoi s-a gândit unde ar fi cel mai potrivit loc să instaleze chioșcul. În fiecare săptămână, toată vara, s-a trezit devreme să facă limonadă și și-a petrecut mai toată ziua la piață, ca s-o vândă. Efortul i-a fost răsplătit din plin. A câștigat câteva mii de dolari vara aceea. După cum își amintesc Dave și Carrie, acest episod a fost pentru ei, ca părinți, „cea mai plăcută experiență antreprenorială și au fost foarte mândri“ de fiica lor. Nu a fost vorba de banii pe care i-a câștigat. Dave și Carrie au fost mândri că Charlotte a intuit de ce anume este nevoie la piață, a venit cu o idee creativă și a muncit din greu pentru a o pune în practică. Datorită acestei experiențe, ea și-a însușit prima și cea mai importantă întrebare pe care o pune un antreprenor: „Cum pot să vă ajut?“

Ideea copiilor care folosesc un chioșc cu limonadă pentru a-i ajuta pe ceilalți a fost preluată și ilustrată magistral într-un film documentar fascinant intitulat #standwithme, produs de Stillmotion, o companie producătoare de film, din Portland, Oregon. Grant Peelle, unul dintre realizatorii filmului #standwithme[162], ilustrează obiceiul antreprenorilor de a depune eforturi pentru a le fi utili celorlalți. Soț și tată a doi băieți, a decis să renunțe la slujba lui și s-a dedicat pasiunii de a face filme. A vrut să se concentreze asupra filmelor documentare pentru că era fascinat de oamenii „care încearcă să creeze o lume mai bună și care își folosesc talentele pentru a face acest lucru“.

Peelle și colegii săi au găsit o astfel de poveste foarte convingătoare. Era vorba despre o fetiță a cărei viață s-a schimbat după ce a văzut într-o expoziție fotografii care înfățișau fenomenul sclaviei din zilele noastre. Iată rezumatul oficial al filmului documentar: „Numai o fetiță de nouă ani și-ar putea imagina că un chioșc cu limonadă poate schimba lumea. După ce a văzut o fotografie cu doi băieți muncind ca niște sclavi în Nepal, Vivienne Harr s-a gândit să ajute în singurul mod la care se pricepea: deschizând un chioșc cu limonadă. Sperând că va reuși să elibereze 500 de copii din sclavie, ea vindea limonadă în fiecare zi, fie că era vreme bună sau rea“. Nu vrem să vă dezvăluim prea multe detalii din film, un lucru vă putem spune, un moment-cheie este acela când lui Vivienne îi vine o idee grozavă pentru chioșcul cu limonadă: în loc să ceară un preț fix, ea le oferă cumpărătorilor ocazia de a contribui, atât cât pot, la salvarea copiilor. Astfel, ea poate face apel la altruismul lor și le dă de înțeles totodată de ce a deschis chioșcul cu limonadă.

Firește că nu orice copil poate începe o afacere, cu atât mai puțin una motivată de altruism; există însă momente în viața fiecărui copil când poate și ar trebui să

înțeleagă și să-și asume legătura dintre reușita unui proiect și ajutorarea altora. Poate că micuțul vostru ar putea vinde bomboane, de pildă, pentru biserică sau sinagogă, sau ar deschide o spălătorie de mașini, ca să strângă bani în beneficiul comunităților din țările în curs de dezvoltare. Puneți accentul pe binele pe care îl pot face cu ajutorul banilor. Creați o punte între un lucru ce poate fi amuzant, cum este să vinzi bomboane sau să speli mașini, și un scop nobil. Mai presus de orice însă, ajutați-vă copiii să înțeleagă că și alți oameni au nevoi, la fel ca ei, și că venind în ajutorul lor și satisfăcându-le aceste nevoi putem culege noi înșine roadele financiare și emoționale ale faptelor noastre altruiste.

DE CE E BINE SĂ FII ALTRUIST

Am vorbit deja despre activitatea doctorului Adam Grant și am vrea să adăugăm un lucru pe care acesta l-a descoperit datorită activității sale de cercetare. Grant a sugerat că „altruiștii“[163] — oameni cărora le place să-i ajute pe alții — ajung în cele din urmă să se bucure de succes. Vorbind despre un anumit grup de studenți la medicină, care pot fi numiți „altruiști“, el remarcă faptul că acești studenți petrec ore întregi ajutându-și semenii, chiar dacă astfel rezultatele lor la examene au de suferit. La terminarea facultății însă, se constată că acești studenți altruiști au totuși cele mai bune rezultate. Altfel spus, pasiunea care îi îndeamnă pe acești altruiști să își ajute semenii le stimulează și pasiunea de a învăța medicină. În tot cazul, nu este deloc adevărat că „binevoitorii ajung ultimii“. Altruismul te recompensează interior, emoțional, dar îți aduce și importante recompense externe, tangibile. Oamenii reușesc pentru că sunt capabili să îmbunătățească viețile altora.

Copiii își sporesc șansele de a se bucura de succes recunoscând valoarea unică pe care o oferă altora. Acest lucru este adevărat atunci când intră la facultate. Cei mai mulți părinți, indiferent de vârsta pe care o au copiii lor, speră că aceștia vor face o facultate. Și pe bună dreptate — auzim tot timpul vorbindu-se despre faptul că intrarea la facultate a devenit o competiție acerbă. Multe dintre facultățile de „elită“ au bătut toate recordurile în ceea ce privește numărul de candidați, și nu este un lucru neobișnuit ca o școală să aibă un număr foarte mare de candidați pe un număr redus de locuri. De pildă, în 2014 Universitatea Stanford a acceptat 2300 din cei 32000 de mii de elevi care au vrut să devină

studenţi acolo (rata de admitere a fost adică de 7,2%).

Pentru că admiterea este o competiţie atât de strânsă, nu este de mirare că elevii le vor spune celor din comisie, la interviul de selecţionare, ceea ce cred ei că membrii comisiei vor să audă. Unii părinţi şi tineri vor fi surprinşi să afle că facultăţile acordă o mare importanţă potenţialelor contribuţii pe care un candidat le poate aduce comunităţii şcolii. Pe site-ul Universităţii Harvard există o listă cu o serie de factori de care membrii comisiei de admitere ţin seama. Notele, firește, rezultatele la teste şi scrisorile de recomandare sunt cele mai importante. Se ţine cont însă şi de alţi factori. Membrii comisiei de admitere vor să ştie ce interese şi ce talente are fiecare candidat şi în ce măsură acestea corespund orientării universităţii. Vor, de asemenea, să ştie cum îşi va desfăşura activitatea un student când va deveni membru al comunităţii Harvard, iar acest lucru se reflectă în răspunsurile la următoarele întrebări care i se pun fiecărui candidat în timpul procesului de selecţie: „Vei face ceva deosebit pentru Harvard şi colegii tăi? Îţi va fi de folos experienţa de la Harvard? Vor dori alţi studenţi să stea cu tine în cameră, să mâncaţi împreună, să participaţi la acelaşi seminar, să fiţi coechipieri sau să colaboraţi în cadrul unui grup extraşcolar?“

Să înţelegem aşadar că, în principiu, trebuie să ne aducem cu toţii contribuţia, să facem ceva pentru alţii. Deseori ne bucurăm de succes atunci când ne dăm seama cum am putea îmbunătăţi vieţile altor oameni. Chiar dacă lăsăm acest principiu să ne ghideze viaţa când devenim părinţi, nu vom avea garanţia că micuţii noştri vor fi acceptaţi la facultatea dorită sau îşi vor înregistra melodiile în Nashville. Lăsându-ne conduşi de acest principiu, vom reuşi însă să-i ajutăm să înţeleagă că fiecare dintre noi are nevoie la un moment dat de propriul „chioşc cu limonadă“ — care poate însemna atât de mult şi poate face atât de mult bine fiecăruia dintre noi în parte şi comunităţii în ansamblu. Dacă vor înţelege acest lucru, copiii noştri vor putea porni la drum şi vor putea deveni nişte adulţi fericiţi, împliniţi şi mai bogaţi sufleteşte.

---

[148] „CEO: The Most Important Thing You Can Say at a Meeting“: Dave Kerpen, htpp://www.ragan.com/Main/Articles/CEO The_most_important_thing_you_can_say_at_a_meet 46423.aspx, 25 martie 2013.

[149] ER (Emergency Room) — medicină de urgenţă. (N.t.)

[150] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon, decembrie 2013 și ianuarie 2014.

[151] „Parents' Beliefs About Emotions and Children's Recognition of Parents' Emotions": Julie C. Dunsmore et al., Journal of Nonverbal Behavior, 2009, 33: 121–140.

[152] „Parents Emotion-Related Beliefs, Behaviours, and Skills Predict Children's Recognition of Emotion": Vanessa L. Castro et al., Infant and Child Development, Epub 14 mai 2014.

[153] „Helping and Cooperation at 14 Months of Age": Felix Warneken și Michael Tomasello, Infancy, 2007, 11: 271–294.

[154] „When Kids No Better: Paternalistic Helping in 3–Years-Old Children": Alia Martin și Kristina R. Olson, Developmental Psychology, 2013, 49: 2071–2081.

[155] Rende, 2014 (vezi Capitolul 5, n. 4).

[156] greatergood.berkeley.edu.

[157] „Raising a Moral Child": Adam Grant, htpp://nytimes.com/2014/04/12/opinion/Sunday/raising-a-moral-child.html, 11 aprilie, 2014; pentru mai multe detalii despre lucrarea lui Grant, vezi htpp://nytimes.com/2013/03/31/magazine/is-giving-the-secret-to-getting-ahead.html.

[158] „Kindness Counts: Prompting Prosocial Behavior in Preadolescents Boosts Peer Acceptance and Well-Being": Kristin Layous et al., PLoS ONE, 2012, 7: e51380, doi: 10.1371/journal.pone.0051380.

[159] Lemonade Stand este un joc de simulare a unei afaceri creat în 1973 de Bob Jamison, de la Minnesota Educational Computing Consortium. Acest tip de joc se axează pe managementul proceselor economice, de obicei sub forma unei afaceri. Jocul simulează un chioșc cu limonadă al unui copil, iar alegerile făcute de jucător cu privire la prețuri, reclamă etc. vor determina succesul sau eșecul afacerii. (N.t.)

[160] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon, decembrie 2013.

[161] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon, ianuarie 2014.

[162] Schimb de e-mailuri și interviu prin telefon, mai 2014.

[163] „How to Succeed Professionally by Helping Others“: Adam Grant, http:/www.theatlantic.com/health/archive/2014/03/how-to-succeed-professionally-by-helping-others/284429/, 17 martie 2014.

Epilog

Principiile antreprenoriale ale creșterii copiilor

Am scris această carte pentru că am crezut că, prezentându-vă lucrurile din două perspective diferite: cea a unui antreprenor şi cea a unui specialist în domeniul dezvoltării copilului, vom oferi strategii utile părinților care se străduiesc să-şi crească micuții în epoca noastră nesigură, care se schimbă cu toată viteza. Am sperat că vom reuși să ajutăm părinții să le insufle copiilor trăsături care să le permită să-şi exprime propriile vise şi să acționeze proactiv şi energic pentru a le transforma în realitate. Am abordat multe probleme în această carte, iar acum, în încheiere, ne-am gândit să vă prezentăm câteva principii generale care să vă ajute să vă îmbunătățiți actualul comportament parental.

PRINCIPIUL 1: CELE ȘAPTE ABILITĂȚI ANTREPRENORIALE SE ÎNTREPĂTRUND

Deşi caracteristicile pe care le-am prezentat vizează deopotrivă domeniile cognitiv, personal şi social, ele se întrepătrund — atât în viețile copiilor, cât şi în cele ale antreprenorilor. De pildă, explorarea are drept rezultat inovația. Dacă eşti optimist şi ştii să identifici ocaziile favorabile, vei putea să explorezi domenii noi şi totodată să fii un inovator. Asiduitatea — faptul că eşti un om de acțiune — te ajută să transformi optimismul în comportamente productive, şi îți este utilă când trebuie să identifici şi să valorifici ocaziile favorabile. Mare parte din eforturile cognitive şi atributele personale ale unui copil se exprimă în contexte sociale, unde copilul trebuie să colaboreze şi să-şi coordoneze acțiunile cu ceilalți pentru a-şi îndeplini nevoile. Dat fiind că abilitățile antreprenoriale sunt strâns legate, rețineți că, în calitate de părinte, veți fi adesea în situația de a

încuraja (sau de a contracara) dezvoltarea mai multor abilităţi deodată. Profitaţi de ocazie şi încercaţi să obţineţi cât mai multe rezultate bune şi ţineţi totodată cont de modul surprinzător şi ciudat în care aceste abilităţi sunt legate între ele.

PRINCIPIUL 2: COPIII DOBÂNDESC ANUMITE ABILITĂȚI MAI UȘOR DECÂT ALTELE

Unii copii par să fie optimiști din naștere, în timp ce alții par mai degrabă pesimiști. Unii copii sunt niște ființe sociale înnăscute; alții se simt intimidați în contexte sociale. Altfel spus, fiecare deprindere despre care vorbim poate fi învățată, iar rolul părinților în acest sens este extrem de important. Este posibil ca un copil timid să nu devină niciodată prietenos sau sociabil — el poate totuși deprinde abilitățile sociale care îi vor permite să se simtă mai în largul lui atunci când interacționează cu alții. Și, invers, un copil care pare curios din naștere nu trebuie descurajat, ci dimpotrivă, trebuie să i se consolideze, să i se cultive această trăsătură. Un părinte trebuie să țină cont de înclinațiile naturale ale copilului când își stabilește lista de așteptări. Obiectivul său este să dezvolte o anumită abilitate, nu neapărat s-o transforme în cel mai de preț bun al copilului său. Adevărata artă a unui părinte este aceea de a îmbunătăți acele abilități care nu sunt deloc la îndemâna copilului.

PRINCIPIUL 3: GĂSEȘTE CALEA DE MIJLOC, PĂSTREAZĂ ECHILIBRUL

Părinţii din ziua de azi sunt bombardaţi în permanenţă cu mesaje contradictorii despre măsura în care trebuie să se implice în viaţa copiilor lor. Unii specialişti susţin că părinţii au o influenţă covârşitoare în viaţa copiilor lor; alţii spun că mai importante sunt genetica şi influenţa semenilor şi consideră rolul părinţilor relativ minor. În realitate, după cum am constatat în mod repetat, există „o zonă optimă“ de implicare a părintelui. Un părinte vrea să ofere sprijin şi încurajare, vrea să fie acea „bază de siguranţă“ care-i permite copilului să evolueze cognitiv,

personal şi social. Nu vreţi să faceţi temele în locul copilului sau să-l sufocaţi spunându-i tot timpul ce să facă, nici să faceţi atâtea alte lucruri pe care le fac părinţii care se implică prea mult.

Principalul obiectiv, ca părinte, ar trebui să fie să-i oferiţi copilului suficiente ocazii să-şi valorifice propriile abilităţi. Deşi poate părea exagerat, e bine să fiţi moderat ca părinte, să nu exageraţi nici în privinţa sprijinului acordat, nici a încurajărilor. Micuţii trebuie să interacţioneze cu părinţii pentru a-şi dezvolta tendinţa înnăscută de a explora cu ajutorul simţurilor; nu trebuie să faceţi nimic altceva decât să vă jucaţi cu ei şi să le satisfaceţi nevoile, şi veţi constata că, pe parcursul primului an de viaţă, comportamentul lor de tip explorator va fi din ce în ce mai sofisticat. Am prezentat deopotrivă dovezi uluitoare că părinţii pot încuraja inovaţia implicându-se în joaca copilului, fără a-i da însă indicaţii ce să facă. Cel mai important lucru este să te implici exact atât cât trebuie, nici mai mult, nici mai puţin.

PRINCIPIUL 4: CONCENTREAZĂ-TE PE PROCES, NU PE REZULTAT

Sistemul educaţional din ziua de azi este obsedat de un lucru: să măsoare progresele copiilor. Preşcolarii sunt verificaţi cu ajutorul unor evaluări standardizate. Copiii de vârstă şcolară — şi şcolile — sunt testaţi periodic. Urmează, desigur, dificilul proces al admiterii la facultate. În acest context apăsător de testări permanente, este de înţeles că părinţii simt presiunea de „a-şi pregăti“ copiii pentru performanţă şi succes, punând accentul pe note şi rezultate la teste. Din păcate însă, multe abilităţi esenţiale dezvoltate datorită influenţei părintelui nu pot fi cuantificate cu ajutorul acestor teste, deşi cercetările din domeniu le-au subliniat importanţa. Literatura de specialitate, precum şi poveştile de viaţă ale unor antreprenori sugerează că cea mai bună modalitate de a promova succesul real este aceea ca părintele să ţină cont de nevoile fundamentale ale copilului său de a se dezvolta cognitiv, personal şi emoţional. În domeniul învăţământului se vorbeşte — şi există o tendinţă tot mai clară în acest sens — despre folosirea unor evaluări mai adecvate, care să se adreseze tuturor abilităţilor pe care copiii trebuie să le dezvolte, inclusiv celor incluse în această carte. Deocamdată însă, când vă faceţi griji şi vă întrebaţi dacă micuţul

vostru „se achită cu brio“ de îndatoririle şcolare şi a obţinut rezultate bune la ultimele evaluări, vă asigurăm că strategiile pe care le susţinem promovează abilităţi de viaţă pe care copiii voştri le folosesc zi de zi şi anticipează multe dintre posibilele „rezultate“ pe care toţi ne dorim să le aibă copiii noştri. Trebuie să ştiţi totodată că nu este necesar să evaluaţi în permanenţă modul în care copilul explorează şi să-l comparaţi imediat cu anumite standarde. Cel mai bine este să vă concentraţi atenţia pe proces, nu pe rezultat.

PRINCIPIUL 5: INVESTEŞTE ÎN COPILUL TĂU „CAPABIL“

În Introducere, am vorbit pe larg despre cât de greu le este copiilor să fie acceptaţi la şcolile unde ar vrea să înveţe şi să-şi găsească un loc de muncă după absolvire (sau o slujbă în general). Duritatea competiţiei i-ar putea descuraja pe părinţi sau le-ar putea provoca ocazional adevărate atacuri de panică. Fără a nega sau a diminua în vreun fel îngrijorarea părinţilor, am încercat să sugerăm că cea mai bună modalitate de a-i oferi proactiv copilului un avantaj este de a investi în el. Asiguraţi-vă că micuţii voştri au abilităţile cognitive, personale şi sociale necesare pentru a-şi croi drumul în viaţă, în pofida tuturor obstacolelor reale, astfel încât să poată defini şi obţine succesul dorit. Lumea care îi aşteaptă pe copiii noştri este dificilă, în continuă schimbare. Cea mai bună investiţie pe care o puteţi face ca părinte este să vă ajutaţi copilul să deprindă abilităţile care îl pot ajuta să devină un copil „capabil“.

Mulțumiri

Această carte s-a născut în urma unor îndelungi conversații. Richard și Jen s-au cunoscut datorită lui Lorin Rees, care a intuit cât de util ar fi să se adune laolaltă ideile lui Jen despre creșterea copiilor antreprenori și perspectiva lui Richard asupra cercetărilor din domeniul dezvoltării copilului, susținută de rezultatele a numeroase studii. Lorin a supravegheat îndeaproape elaborarea cărții, ne-a ajutat cu înțelepciune și pasiune să găsim tonul potrivit și să ne punem de acord opiniile, a fost un permanent factor de echilibru. În perioada premergătoare elaborării cărții, în care am studiat foarte multe materiale, ne-a oferit o perspectivă reală, ca părinte, și ne-a ajutat să selectăm materialul.

Seth Schulman, care a avut o discuție inițială cu Jen și a adus ideea cărții în atenția lui Lorin, a avut un rol esențial, căci ne-a sfătuit cu pricepere permanent, pe tot parcursul elaborării cărții. Ore întregi (personal, prin telefon și via e-mail) a discutat cu diferite persoane despre structura și conținutul cărții și despre stilul în care e scrisă. A dat dovadă de pasiune, creativitate, ne-a încurajat și ne-a ridicat moralul. Împreună cu colega sa Christine Allen, s-a ocupat de redactarea cărții.

Susan Etkind a fost o a doua voce, pasionată și inspirată, care a participat la discuțiile preliminare și la cele care s-au purtat pe parcursul elaborării cărții. Ea ne-a oferit o perspectivă absolut necesară asupra antreprenoriatului și datorită extraordinarelor ei abilități editoriale am reușit să facem legătura între conceptele antreprenoriale și parenting. Prezența ei remarcabilă și efortul susținut au fost ingredientele esențiale care au menținut o bună colaborare și armonizarea punctelor noastre de vedere.

Marian Lizzi a pus în slujba cărții exemplare abilități editoriale, care au contribuit la exprimarea ideilor într-un limbaj accesibil pentru părinți și toți cei interesați de modul în care trebuie să ne creștem copiii. Ne-a sfătuit să renunțăm la formulele academice mult prea greoaie și să ne concentrăm atenția asupra prezentării ideilor care le pot fi de un real folos părinților și tuturor celor care au grijă de copii. A citit cu foarte multă atenție toată cartea, ne-a pus întrebări lămuritoare, ne-a dat sugestii și datorită ei conținutul cărții este acum extrem de

accesibil.

Am avut norocul să avem multe discuții cu oameni extraordinari, care ne-au fost de folos în scrierea cărții. Fiecare persoană intervievată a fost extrem de generoasă nu doar cu timpul, ci și cu informațiile pe care ni le-a oferit: am aflat numeroase povești de viață, ni s-au oferit perspective profesionale asupra problemelor abordate. Discuțiile telefonice, schimburile de e-mailuri, destăinuirile pe care ni le-au făcut aceste persoane pasionate ne-au ajutat enorm să ne așternem gândurile și ideile, iar cartea a prins în cele din urmă viață.

Richard le mulțumește soției lui, Cheryl, și fiicei, Iliana, pentru că i-au fost alături, l-au înțeles și l-au susținut în nopțile lungi și în weekenduri, lăsându-i răgazul să scrie și pentru că i-au împărtășit ideile și experiența lor despre parenting și ce înseamnă să fii copil și să crești în prezent. Un gând bun lui Carlo, câinele meu credincios și jucăuș, care mi-a fost tot timpul alături în timp ce scriam. A înțeles când trebuia să fie cuminte și când ne puteam permite să facem o plimbare. Nu m-a dezamăgit, ca de obicei.

Despre autori

Richard Rende, PhD, este psiholog şi cercetător specializat în domeniul dezvoltării copilului, cadru didactic, scriitor şi consultant ştiinţific. Nenumărate secţii ale National Institutes of Health (NIH) şi fundaţii private au finanţat studiile sale interdisciplinare pe tema dezvoltării copilului şi a parenting-ului, care s-au materializat în peste 200 de articole de specialitate şi prezentări. A făcut parte din numeroase colegii de redacţie ale celor mai cunoscute reviste ştiinţifice şi este membru în diverse comitete de specialitate ale NIH. A înfiinţat cunoscute bloguri despre parenting (printre care Red-Hot Parenting blog for Parents.com); activitatea sa a fost prezentată pe NPR, Yahoo!, în Huffington Post, Wall Street Journal, Time.com, la CNN, MSNBC şi ABC News; este autor al cărţii Psychosocial Interventions for Genetically Influenced Behavioral in Children and Adolescents. Şi-a desfăşurat activitatea didactică în instituţii precum College of Psysicians and Surgeons (Columbia University), Rutgers University, Alpert Medical School (Brown University). Rende este Director of Curriculum and Instruction la Phoenix Country Day School (Paradise Valley, Arizona). A absolvit Yale University, a obţinut un MA la Wesleyan University şi un PhD la Penn State University.

Locuiește, împreună cu soția și fiica sa, în Paradise Valley, Arizona.

Jen Prosek este fondator şi director executiv al Prosek Partners, o importantă firmă de PR şi consultanţă, care are sucursale în New York, Connecticut şi Londra. Firma face parte din eşalonul celor mai importante douăzeci de firme independente de relaţii publice şi este una dintre cele mai importante cinci firme de consultanţă pe probleme de comunicare financiară din Statele Unite şi Marea Britanie. Prima carte a lui Prosek, Army of Entrepreneurs, prezintă strategia de management pe care a folosit-o autoarea pentru a crea Prosek Partners, şi oferă sfaturi practice oamenilor de afaceri despre cum să găsească, să pregătească, să motiveze şi să-şi folosească propria armată de antreprenori din cadrul organizaţiilor

lor. Prosek susţine deseori conferinţe la cele mai importante şcoli de business şi la grupuri antreprenoriale şi de afaceri.

Prosek este licenţiată în literatură engleză la Miami University şi a obţinut un MBA la Columbia University. Face parte din consiliul director de la Arthur Page Society, British American Business, New York City Partnership for the Homeless şi Institute for Public Relations.

Locuieşte la New York împreună cu soţul şi fiica ei.